

**KATALOG STANDARDOV STROKOVNIH ZNANJ IN
SPRETNOSTI ZA POKLICNO KVALIFIKACIJO**

MASER / MASERKA

Sprejet na 55. seji Strokovnega sveta RS za poklicno in strokovno izobraževanje
dne 15. 1. 2002

december, 2001

1. *IME IN KODA KATALOGA*

MASER / MASERKA 8150.001.5.1

2. *POTREBNA STROKOVNA ZNANJA IN SPRETNOSTI IN POSEBNI POGOJI, KI JIH MORA IZPOLNJEVATI OSEBA, KI ŽELI PRIDOBITI POKLICNO KVALIFIKACIJO*

2.1. *STROKOVNA ZNANJA IN SPRETNOSTI*

Glej standard strokovnih znanj in spretnosti za poklicno kvalifikacijo

2.2. *POSEBNI POGOJI, KI JIH MORA IZPOLNJEVATI OSEBA, KI ŽELI PRIDOBITI POKLICNO KVALIFIKACIJO*

- opravljen preizkus zdravstvenih vsebin, ki so določene z izobraževalnim programom Bolničar negovalec.

3. *POVEZANOST S PROGRAMI ZA PRIDOBITEV IZOBRAZBE*

Poklicno kvalifikacijo si je mogoče pridobiti tudi v programu za pridobitev srednje strokovne izobrazbe za naziv Kozmetični tehnik.

4. *NAČINI PREVERJANJA STROKOVNIH ZNANJ IN SPRETNOSTI*

- storitev z zagovorom, ki traja največ do 1,5 ure.

5. *MERILA PREVERJANJA*

Pri preverjanju je potrebno upoštevati:

- ◆ pripravo kandidata na delo,
- ◆ pripravo in uporabo pripomočkov,
- ◆ upoštevanje higienskih pravil,
- ◆ pripravo stranke in komunikacijo z njo,
- ◆ izbiro pravilne tehnike masaže,
- ◆ obvladovanje določenega zaporedja opravil,
- ◆ kakovost storitve,
- ◆ upoštevanje pravil zdravja in varnosti pri delu.

6. *POKLIC OZIROMA SKLOPI ZADOLŽITEV V OKVIRU POKLICA, KI JIH JE MOGOČE OPRAVLJATI PO PRIDOBLENI POKLICNI KVALIFIKACIJI, IN KODA POKLICA*

MASER / MASERKA

5141.06

7. *RAVEN ZAHTEVNOSTI DEL*

Raven zahtevnosti del: V. stopnja

8. *PRILAGODITVE ZA OSEBE S POSEBNIMI POTREBAMI*

Ni prilagoditev za osebe s posebnimi potrebami.

9. *MATERIALNI IN KADROVSKI POGOJI, KI JIH MORAJO IZPOLNJEVATI IZVAJALCI POSTOPKOV ZA UGOTAVLJANJE IN POTRJEVANJE POKLICNIH KVALIFIKACIJ*

9.1. *MATERIALNI POGOJI*

- ⇒ primeren prostor za izvajanje masaže
- ⇒ masažna miza
- ⇒ pripomočki, ki so potrebni za izvajanje masaže
- ⇒ pripomočki, ki so potrebni za vzdrževanje higiene
- ⇒ didaktični pripomočki (model, okostnjak, slike)

9.2. *KADROVSKI POGOJI*

- ⇒ univerzitetna znanja s področja medicine – specializacija s področja fizikalne medicine in rehabilitacije ali specializacija s področja športne medicine in
- ⇒ višješolska z nazivom svetovalec ali visokošolska znanja s področja fizioterapije s 5-letnimi delovnimi izkušnjami in
- ⇒ znanja srednje strokovne šole s področja zdravstva ali kozmetike s 5-letnimi delovnimi izkušnjami kot maser

10. STANDARD STROKOVNIH ZNANJ IN SPRETNOSTI

Poklicna kvalifikacija: MASER/MASERKA 8150.001.5.1

PODROČJE DELA	DELA IN NALOGE	ZNANJA IN SPRETNOSTI	NALOGE ZA DOKAZOVANJE USPOBLJENOSTI
<p>PRIPRAVA NA MASAŽO</p>	<ul style="list-style-type: none"> • osebna priprava na izvajanje masaže • vzdrževanje rok za masažo • nadzor nad higieno prostorov in pripomočkov • priprava mikroklime v prostoru • priprava masažne mize, 	<ul style="list-style-type: none"> • pozna pomen osebne urejenosti • pozna zahteve glede urejenosti na delovnem mestu • zna se urediti za izvajanje masaže • pozna vaje za vzdrževanje rok • zna narediti vaje za vzdrževanje rok • pozna obseg nadzora higiene • pozna način čiščenja • pozna način razkuževanja • pozna čistilna in razkužilna sredstva • zna pripraviti čistila in razkužila • zna čistiti in razkuževati pripomočke in delovne površine • zna voditi evidenco o razkuževanju • zna pripraviti mikroklimo v prostoru • zna razkužiti masažno mizo in pripomočke 	<ul style="list-style-type: none"> • razloži pomen osebne higiene • izvede higieno umivanje rok • razloži pomen in namen urejenosti na delovnem mestu • uredi se za izvajanje masaže • izvede razkuževanje rok • navede obseg in vrstni red vaj za krepitev rok • izvede vajo za krepitev rok • opiše obseg nadzora higiene v prostoru in higiene pripomočkov • opiše pripravo čistilnih in razkužilnih sredstev • prikaže sprotno čiščenje in razkuževanje pripomočkov in delovnih površin • pripravi prostor z upoštevanjem toplote in relativne vlažnosti • pripravi masažno mizo in pripomočke

	<p>pripomočkov in perila (brisače, rjuhe)</p> <ul style="list-style-type: none"> • priprava masažnih sredstev • priprava aromatičnih snovi za doseganje psihofizičnega ugodja • izbira akustičnih stimulansov • poznavanje kontraindikacij za masažo • priprava stranke na masažo • pregled površine telesa stranke glede na morebitne kontraindikacije • izbira prave tehnike masaže glede na telesno pripravljenost kože in mišic 	<ul style="list-style-type: none"> • razume pomen rokovanja s čistim in nečistim perilom • pozna vrste masažnih sredstev • pozna značilnosti masažnih sredstev • zna si pripraviti masažna sredstva za sprotno uporabo • pozna pomen aromatičnih snovi • usposobljen je za pripravo aromatične mikroklime • pozna pomen akustičnih stimulansov • zna pripraviti pomirjajoče vzdušje • pozna vse kontraindikacije za masažo • zna voditi ciljni razgovor • zna opaziti kontraindikacije • pozna obseg priprave stranke na masažo • zna pripraviti stranko na masažo • zna poskrbeti za zasebnost stranke • pozna vrstni red pregleda • zna opazovati in poročati o znakih, ki jih opazi • pozna tehnike masaže • pozna masažne prijeme • pozna vlogo relaksacijske masaže 	<ul style="list-style-type: none"> • izbere primerno masažno sredstvo in ga primerno ogreje • pojasni pomen uporabe masažnega sredstva • razloži namen uporabe aromatičnih snovi • pripravi aromatično mikroklimo • izbere primerne akustične stimulanse • opiše vse kontraindikacije za masažo • razloži komplikacije, ki lahko nastanejo zaradi kontraindikacij • pripravi stranko na masažo • opravi vizualen pregled telesa • izvede ciljan pogovor glede na kontraindikacije • izbere primerno tehniko masaže in masažni prijem • razloži učinek primerne masažnega prijema
--	--	---	--

		<ul style="list-style-type: none"> • pozna povezanost učinka relaksacijske masaže s psihičnim počutjem • zna izbrati in izvajati tehniko masaže glede na mišični tonus 	<ul style="list-style-type: none"> • naštele tehnike klasične masaže • prikaže različne tehnike klasične masaže
<p>IZVAJANJE MASAŽE</p>	<p>masiranje z različnimi tehnikami klasične masaže:</p> <ul style="list-style-type: none"> • gladenje z dlanmi • gladenje z jagodicami prstov • gladenje s palci • gnetenje in izžemanje • enostavno gnetenje z eno roko • enostavno gnetenje z obema rokama • tekoče gnetenje • menjaj oče gnetenje • gnetenje skozi klešče • otirajoče gnetenje • izžemanje s pritiski peščajev • otiranje • tolčenje, sekanje, tleskanje • premikanje kože in vlačenje 	<ul style="list-style-type: none"> • pozna različne tehnike klasične masaže • usposobljen je za uporabo različnih tehnik klasične masaže 	
<p>MASAŽA UPOGIBNE STRANI SPODNJE OKONČINE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • masaža upogibne strani spodnje okončine • gladenje celotne spodnje okončine 	<ul style="list-style-type: none"> • pozna zgradbo spodnje okončine • pozna funkcijo spodnje okončine • zna pokazati mišice spodnje okončine • zna izvajati tehnike masaže • usposobljen je za izvajanje masažnega prijema • pozna obseg in vrste gladenja • zna gladiti spodnjo okončino 	<ul style="list-style-type: none"> • naštele in opiše kosti spodnje okončine • naštele in opiše mišice spodnje okončine • opiše zgradbo in funkcijo skočnega in kolenskega sklepa • razloži primeren masažni prijem • izvede masažni prijem • izvede določeno tehniko gladenja

	<ul style="list-style-type: none"> • gladenje stopala in pete • gladenje Ahilove kite s palcem • otiranje gležnjeve • gladenje meč • gnetenje mečnih mišic • tolčenje in stresanje meč • gladenje podkolenske jamice • gladenje in pritiskanje stegenskih upogibalk • gnetenje skozi klešče in izžemanje • tolčenje in sekanje • gnetenje in izžemanje zadnjičnih mišic • otiranje in stresanje zadnjice • zaključno gladenje 	<ul style="list-style-type: none"> • zna izvesti gladenje stopala in pete • zna gladiti Ahilovo kito s palcem • zna izvajati otiranje gležnjeve • usposobljen je za gladenje meč • usposobljen je za gnetenje mečnih mišic • zna izvajati tolčenje in stresanje meč • zna gladiti podkolenske jamice • zna gladiti in pritiskati stegenske upogibalke • usposobljen je za gnetenje skozi klešče in izžemanje • zna izvajati tolčenje in sekanje • zna gladiti in izžemati zadnjične mišice • zna otirati in narediti stresanje zadnjice • zna narediti zaključno gladenje 	<ul style="list-style-type: none"> • opiše in izvede gladenje stopala in pete • opiše in izvede gladenje Ahilove kite s palcem • opiše in izvede otiranje gležnjeve • opiše in izvede gladenje meč • opiše in izvede gnetenje mečnih mišic • opiše in izvede tolčenje in stresanje meč • opiše in izvede gladenje podkolenske jamice • opiše in izvede gladenje in pritiskanje stegenskih upogibalk • opiše in izvede gnetenje skozi klešče in izžemanje • opiše in izvede tolčenje in sekanje • opiše in izvede gnetenje in izžemanje zadnjičnih mišic • opiše in izvede otiranje in stresanje zadnjice • opiše in izvede zaključno gladenje
<p>MASAŽA IZTEGOVALNE STRANI SPODNJE OKONČINE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • masaža iztegovalne strani spodnje okončine • gladenje spodnje okončine • gladenje in otiranje skočnega 	<ul style="list-style-type: none"> • pozna mišice iztegovalke • zna izbrati primerno tehniko masaže • usposobljen za izvajanje masažnega prijema • zna izvajati gladenje spodnje okončine • usposobljen je za gladenje 	<ul style="list-style-type: none"> • našteje in opiše mišice iztegovalke • pokaže mišice iztegovalke na telesu ali modelu • razloži primeren masažni prijem izvaja masažni prijem • opiše in izvede gladenje spodnje okončine • opiše in izvede gladenje in

	<p>sklepa</p> <ul style="list-style-type: none"> • gladenje prednje strani goleni • otirajoče gnetenje goleničnih mišic • gladenje in krožno otiranje kolena • gladenje in iztiskanje stegenskih iztegovaalk • gladenje in raztezanje primikalk stegna • gnetenje in prečno raztezanje iztegovaalk stegna • zaključno gladenje 	<p>skočnega sklepa</p> <ul style="list-style-type: none"> • zna izvajati gladenje prednje strani goleni • usposobljen je za gnetenje goleničnih mišic • zna gladiti in krožno otirati kolena • zna gladiti in iztiskati stegenske iztegovaalk • zna narediti gladenje in raztezanje primikalk stegna • usposobljen je za gnetenje in prečno raztezanje iztegovaalk stegna • pozna pomen zaključnega gladenja • zna narediti zaključno gladenje 	<p>otiranje skočnega sklepa</p> <ul style="list-style-type: none"> • opiše in izvede gladenje prednje strani goleni • opiše in izvede otirajoče gnetenje goleničnih mišic • opiše in izvede gladenje in krožno otiranje kolena • opiše in izvede gladenje in iztiskanje stegenskih iztegovaalk • opiše in izvede gladenje in raztezanje primikalk stegna • opiše in izvede gnetenje in prečno raztezanje iztegovaalk stegna • opiše in izvede zaključno gladenje
<p>MASAŽA ZGORNJE OKONČINE</p>	<ul style="list-style-type: none"> • masaža zgornje okončine • gladenje zgornje okončine • gladenje dlani • gladenje in otiranje prstnih sklepov • gladenje velikega in malega peščaja • gladenje zapestja in podlakti • otirajoče in menjajoče gnetenje 	<ul style="list-style-type: none"> • pozna zgradbo in funkcijo zgornje okončine • pozna obseg masažnega prijemca • zna narediti masažo zgornje okončine • zna narediti gladenje zgornje okončine • zna gladiti z dlanmi • zna gladiti in otirati prstne sklepe • zna narediti gladenje velikega in malega peščaja • zna izvajati gladenje zapestja in podlakti • zna izvajati otirajoče in menjajoče gnetenje 	<ul style="list-style-type: none"> • našteje in opiše kosti zgornje okončine • našteje in opiše mišice zgornje okončine • izvede masažni prijem • opiše in izvede tehnike gladenja zgornje okončine • opiše in izvede gladenje dlani • opiše in izvede gladenje in otiranje prstnih sklepov • opiše in izvede gladenje velikega in malega peščaja • opiše in izvede gladenje zapestja in podlakti • opiše in izvede otirajoče in menjajoče gnetenje

	<ul style="list-style-type: none"> • gladenje komolca • gladenje iztegovalne in upogibne strani nadlahti • tekoče in otirajoče gnetenje nadlakti z izžemanjem • gladenje rame • zaključno gladenje • masaža sprednje strani prsnega koša 	<ul style="list-style-type: none"> • zna gladiti komolec • usposobljen je za gladenje iztegovalne in upogibne strani podlahti • usposobljen je za tekoče in otirajoče gnetenje nadlahti • zna gladiti ramo • zna izvajati zaključno gladenje • pozna zgradbo prsnega koša • pozna dinamiko prsnega koša • pozna mišice prsnega koša • pozna razliko med moškimi in ženskimi prsnim košem • pozna obseg masažnega prijemaa 	<ul style="list-style-type: none"> • opiše in izvede gladenje komolca • opiše in izvede gladenje iztegovalne in upogibne strani podlahti • opiše in izvede tekoče in otirajoče gnetenje nadlakti • opiše in izvede gladenje rame • opiše in izvede zaključno gladenje
<p>MASAŽA PREDNJEGA DELA PRSNEGA KOŠA IN TREBUHA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • masaža trebuha • gladenje prednje strani trupa • tekoče gnetenje velike prsne mišice 	<ul style="list-style-type: none"> • pozna zgradbo trebušne stene • pozna trebušne mišice • zna narediti masažni prijem trebuha • usposobljen je za prepoznavanje kontraindikacij • pozna obseg gladenja prednje strani trupa • pozna razliko med masažo moškega in masažo ženske • usposobljen je izvajati masažo prednje strani trupa • zna izvajati tekoče gnetenje prsne mišice 	<ul style="list-style-type: none"> • našteje in opiše kosti prsnega koša • našteje in pokaže mišice prsnega koša • demonstrira masažni prijem za moškega • demonstrira masažni prijem za žensko • našteje in opiše trebušne mišice • razloži vpliv masaže na delovanje trebušnih organov • izvede gladenje prednje strani trupa • razloži razliko med masažo moškega in ženskega prsnega koša • opiše in izvede tekoče gnetenje velike prsne mišice

	<ul style="list-style-type: none"> • grabljenje • skobelni masažni prijem • žaganje • tolčenje in sekanje hrbtnih mišic • stresanje lopatičnih mišic • premikanje in vlačenje kože • zaključno gladenje 	<ul style="list-style-type: none"> • hrbtnih mišic • zna izvajati grabljenje • usposobljen je za izvajanje skobelnega masažnega prijema • zna narediti žaganje • zna izvajati tolčenje in sekanje hrbtnih mišic • zna stresati lopatične mišice • zna premikati in vlačiti kožo • pozna pomen zaključnega gladenja • zna narediti zaključno gladenje 	<ul style="list-style-type: none"> • izvede grabljenje • izvede skobelni masažni prijem • izvede žaganje • izvede tolčenje in sekanje hrbtnih mišic • izvede stresanje lopatičnih mišic • izvede premikanje in vlačenje kože • opiše pomen zaključnega gladenja • izvede zaključno gladenje
DELNA IN CELOTNA MASAŽA	<ul style="list-style-type: none"> • sprostitvena masaža • izvajanje masaže pred fizičnimi obremenitvami • izvajanje masaže po fizičnem naporu 	<ul style="list-style-type: none"> • pozna pomen masaže za sprostitvev • usposobljen je za izvajanje masaže za sprostitvev • pozna obseg in zaporedje tehnik masaže pred fizičnimi obremenitvami / naporom • usposobljen je za izvajanje masaže pred fizičnim naporom 	<ul style="list-style-type: none"> • opiše pomen masaže za sprostitvev • izvede masažo za sprostitvev • razloži pomen in obseg masaže pred fizičnimi obremenitvami • demonstrira masažo pred fizičnim naporom
EVIDENTIRANJE IN DOKUMENTIRANJE	<ul style="list-style-type: none"> • naročanje strank • vodenje evidence o strankah in storitvah • delo z računalnikom 	<ul style="list-style-type: none"> • pozna dokumentacijo • pozna način beleženja storitev • zna dokumentirati opravljene storitve • zna uporabljati računalnik za vodenje, naročanje, zbiranje 	<ul style="list-style-type: none"> • naroči stranko • opiše in razloži pomen dokumentiranja • dokumentira storitev na računalniku

<p>KOMUNIKACIJA</p>	<ul style="list-style-type: none"> • zbiranje informacij o počutju stranke • ustvarjanje zaupnega odnosa s stranko • sodelovanje v timu • razumevanje zdravnikovih indikacij • upoštevanje etičnih načel 	<p>podatkov in dokumentiranje storitev ter vrednotenje dela</p> <ul style="list-style-type: none"> • pozna pomen informacij • usposobljen je verbalno in neverbalno komunicirati • zna zbrati informacije, potrebne za delo • zna opazovati stranko in sklepati o nje nem počutju • pozna vlogo zaupanja • zna poslušati • zna varovati poklicno skrivnost • razume pomen timskega dela • usposobljen je za sodelovanje v timu • zna povezovati znanje z izkušnjami • razume strokovno izrazoslovje • pozna etična načela 	<ul style="list-style-type: none"> • pogovori se s stranko • razume pisne informacije, ki mu jih posreduje zdravnik ali fizioterapevt • opiše timsko sodelovanje • razloži pomen sodelovanja • ob primeru opiše in razloži zdravnikovo indikacijo za izvajanje potrebne tehnike • razloži human odnos in moralno etične vrednote

10.1. LITERATURA IN STROKOVNA GRADIVA

- ⇒ Pocajt, A.: Anatomija in fiziologija. DZS, Ljubljana, 1996
- ⇒ Parramon Editorial Team: Anatomski atlas. Tehniška založba Slovenije, Kranj, 1996
- ⇒ Popović, J.: Bolečina v križu in išias. MK, Ljubljana, 1984
- ⇒ Srakar, F.: Ortopedija. Sledi, Žalec, 1994
- ⇒ Barović, V.: Patologija, patološka fiziologija in osnove interne medicine. DZS, Ljubljana, 1999
- ⇒ Dragaš, A.: Mikrobiologija. DZS, Ljubljana, 1998
- ⇒ Kovačev, A. N.: Socialna interakcija, Ljubljana, Visoka šola za zdravstvo, 1998
- ⇒ Šef, M.: Športna masaža. Šolski center tiska in papirja v Ljubljani, Ljubljana, 1978
- ⇒ Hajdinjak, M.: Kaj pa zdravje? Rotis, Maribor, 1997

10.2. ČASOVNA VELJAVNOST IZDANIH CERTIFIKATOV

Ni časovne omejitve.

10.3. DELOVNA SKUPINA ZA PRIPRAVO KATALOGA STANDARDOV STROKOVNIH ZNANJ IN SPRETNOSTI

- ⇒ Marija Šantej, v.m.s., prof..soc. ped., Srednja zdravstvena šola Celje
- ⇒ Marija Salobir, prof., Srednja zdravstvena šola Celje
- ⇒ Friderika Kresal, prof. pedag., višja fizioterapevtka, Zbornica fizioterapevtov Slovenije, predsednica
- ⇒ Silva Glavan - Bukovinski, kozmetičarka, višji upravni delavec, Obrtna zbornica Slovenije, Sekcija kozmetikov
- ⇒ Marija Marolt, prof., Srednja zdravstvena šola Celje, ravnateljica
- ⇒ Jelka Voda, dipl. m.s., Terme Ptuj, glavna medicinska sestra
- ⇒ Jelka Drobne, vodja področnih skupin za zdravstvo, farmacijo, kozmetiko, Center RS za poklicno izobraževanje

Koordinacija pri pripravi kataloga standardov strokovnih znanj in spretnosti:

- ◆ Urška Marentič, vodja področnih skupin za izobraževanje odraslih, Center RS za poklicno izobraževanje

DODATEK: november 2003

POKLICNE KOMPETENCE

Kandidat:

1. načrtuje, pripravi, izvede in kontrolira lastno delo
2. racionalno rabi energijo, material in čas
3. upošteva osnovne higienske standarde
4. komunicira s sodelavci in s strankami
5. pripravi prostor, pripomočke in stranko za masažo
6. izvaja masažo z uporabo različnih tehnik klasične telesne masaže