

# DE 4 DINGEN DIE JE ALS KINE MOET WETEN OVER FASCIATHERAPIE

---

Het grote klinische belang  
van het **bindweefsel!**

FASCIA COLLEGE  
**FASCIA  
THERAPIE**

Gevestigde kinesist of kinesist in wording?

Waarschijnlijk heb je al ondervonden dat er een verband is tussen de fysieke klachten van jouw patiënten en hun gemoedstoestand. Of dat de ene patiënt (onbewust) toch anders met zijn klachten omgaat dan de andere. En dat die gemoedstoestand of attitude soms een rem kan zijn in het herstelproces. Herkenbaar?

Vandaag wordt algemeen aanvaard dat ook onze gedachten als onze waarnemingen de werking van het lichaam beïnvloeden. De fasciatherapie methode Danis Bois houdt rekening met deze psychische subjectiviteit als deel van de lichamelijke globaliteit en is het op die manier niet alleen een therapie maar ook een pedagogie die de persoon in zijn geheel behandelt.

Het bindweefsel, of fascia, heeft een aantal zeer belangrijke eigenschappen en kenmerken. Het weefsel heeft een belangrijk aandeel in onze anatomie, het speelt een zeer grote rol in onze beweging en ook in de mate waarin we onszelf kunnen waarnemen, en het heeft een grote impact op *hoe* we ons voelen.

Fasciatherapie is een behandelings- en begeleidingsvorm voor pijn, bewegings- en functioneringsstoornissen van zowel fysieke en/of psychische aard.

Als fasciatherapeut sla je een brug tussen de zuiver fysieke en de psychische benadering van klachten.

Om deze materie beter toe te lichten en u een kennismaking met fascia niet te willen onthouden, geef ik graag de 4 tips die elke kinesist over Fasciatherapie methode Danis Bois (MDB) moet weten.

Aan deze tekst werkten fasciatherapeuten, leerlingen van het Fascia College en patiënten mee.



# WAT JIJ MOET WETEN OVER FASCIATHERAPIE

- 1** FASCIATHERAPIE BETREKT DE HELE PERSOON IN DE BEHANDELING
- 2** EEN FASCIATHERAPEUT RICHT ZICH NAAR HET BINDWEEFSEL IPV NAAR EEN DIAGNOSE
- 3** ZACHTE MANUELE TECHNIEKEN, BEWEGINGSTHERAPIE, EEN COACHEND GESPREK EN FULL PRESENCE® MEDITATIE
- 4** DAAROM IS HET EEN GOED IDEE OM ALS KINESITHERAPEUT DE OPLEIDING FASCIATHERAPIE AAN TE VATTEN



# 1 FASCIATHERAPIE BETREKT DE HELE PERSOON IN DE BEHANDELING

**De hele persoon betrekken in de behandeling geeft de patiënt, naast verlossing/verlichting van zijn klachten, een heel nieuwe ervaring en kennis over zijn eigen lichaam.**

Laat me even uitleggen wat ik bedoel met “de hele persoon” want ik geef toe, dat schrijft gemakkelijk op, maar wat houdt het in?

Wanneer een patiënt zich aanmeldt voor een behandeling fasciatherapie, wordt uiteraard aandachtig geluisterd naar wat hij/zij te vertellen heeft. Er is steeds een **uitgebreide anamnese**, waarbij de huidige klachten aan bod komen, alsook die van in een kort of ver verleden. Maar ook andere zaken, zoals slaappatronen, spijsvertering, humeur, prikkelbaarheid, mate van stressgevoelens, ... worden bevroegd.

## **Voordelen van deze holistische aanpak**

### **De patiënt voelt zich gehoord.**

Een patiënt is namelijk niet zijn klacht, hij is meer dan de diagnose op het voorschrift of doorverwijzing. Uit onderzoek weten we dat fysieke klachten door verschillende factoren kunnen uitgelokt worden: er kan sprake zijn van een fysiek trauma of een overbelasting. Maar steeds meer wordt ook duidelijk dat klachten door een **psycho-emotionele overbelasting** de kop kunnen opsteken. Het is vandaar altijd interessant om jouw patiënt te kunnen situeren: wat speelt op dit moment allemaal mee?

En soms is het een klaar en duidelijke klacht, waarbij een lokale, gefocuste aanpak zeer wenselijk is.

Maar het merendeel van de personen meldt zich aan met een waaier aan **grote en kleine klachten**.

Er sluimeren onderhuids veel factoren, zowel op structureel, fysiologisch, psycho-emotioneel als op existentieel niveau.

Dat kan jou, als zorgverlener, een ruimer beeld geven over de algemene toestand van deze persoon.

Tegelijkertijd kan het jou ook meer inzicht geven in de specifieke de vraag van jouw patiënt. Deze hulpvraag is dikwijls ruimer dan de diagnose op het voorschrift. Het feit dat tijd wordt uitgetrokken voor een grondige, brede anamnese, zorgt ervoor dat jouw patiënt zich gehoord voelt.

## Een gericht behandelplan zorgt voor betere en snellere resultaten.

De patiënt wordt ook fysiek in zijn totaliteit betrokken in de behandeling. Zelden wordt enkel de plaats van de klachten behandeld. Na de verbale intake start de fasciatherapeut met een evaluatie van de toestand van het lichaam van de patiënt door middel van beweging of hands-on technieken. Dan komt als het ware het lichaam van de patiënt zelf aan het woord: niet enkel het bewegingsstelsel, maar ook de viscera en het cranium worden geïntegreerd in de evaluatie. En zo kom je steeds in een interessante conversatie terecht!

Je maakt een evaluatie van bijvoorbeeld de kwaliteit van het bindweefsel, lokaal en globaal: voelt dit eerder algemeen stug of elastisch?

Krijg je snel respons op je druk en rek, of moet je daar enkele seconden op wachten? En waar krijg je die reacties, onder jouw handen of elders in het lichaam? Wat zijn de soort fysiologische reacties die je krijgt?

Op die manier kan soms binnen een heel korte tijdspanne duidelijk worden waarom jouw patiënt op dit moment juist met deze klacht rondloopt. Je kan vrij snel de klacht kaderen in een groter geheel, wat opnieuw zal helpen om jouw behandelplan op te stellen.

### **BL, 49** **Scheenbeen- vliesontsteking en chronische hyperventilatie**



Ik was onder de indruk van de zachtheid van de behandeling in vergelijking met het kneden bij kiné. Ook de effecten waren totaal nieuw: ik kreeg een ruimer gevoel in mijn lichaam. Ik ben na een behandeling fasciatherapie, steeds ontspannen, daar waar ik na de kine stijf was. Ik vind het nog steeds wonderlijk dat bij werken aan mijn kuit, ik voelde dat mijn middenrif open ging, nog nooit meegemaakt bij kiné. Mocht ik nu een spierscheur krijgen, of een stijve nek, dan zou ik daar zeker voor fasciatherapie opteren.



Het is een zachte techniek die geen pijn doet aan een “gekwetst” lichaam. Het lichaam wordt als een geheel gezien en niet enkel het “aangedane” stuk. Vind het steeds ongelooflijk hoe met zo zachte bewegingen zoveel kan teweeg gebracht worden. Enerzijds op het moment zelf maar ook nadien (bv/b overgeven na enkele dagen en nadien een plots opklaren van de pijn).”

## **KW, 40j chronische lage rugklachten met uitstraling**

### **De patiënt leert zijn/haar eigen lichaam kennen.**

Ten derde, heb je ook de aandacht en betrokkenheid van jouw patiënt nodig: door jouw patiënt bewust te maken van de elasticiteit, tonus, fysiologische reacties, leert hij zijn eigen lichaam waarnemen.

Dit heeft een heleboel voordelen.

Ten eerste is het nooit slecht het lichaam te voelen waarin je 'woont'.

Ten tweede leert je patiënt zijn perceptie te ontwikkelen door te leren voelen in zijn lichaam. Wanneer hij dat onder de knie heeft, kan hij sneller signalen oppikken, waardoor hij zijn gedrag mogelijks leert bijstellen.

Op zijn beurt kan dit een zeer belangrijke stap zijn naar genezing en naar preventie toe. Dit gaat van houdingscorrectie, bewegingscorrectie, tot zich bewust worden van denkpatronen. Denk daarbij maar aan jouw chronische rugpatiënt die onbewust een heel arsenaal bewegingen vermijdt uit angst dat ze schade zullen berokkenen of pijn zullen uitlokken. Dit vermijdingsgedrag zal gepaard gaan met een verhoogde tonus, wat leidt tot nog meer bewegingsarmoede, en mogelijks pijnklachten... en voor hij het weet, zit jouw patiënt in een vicieuze cirkel.

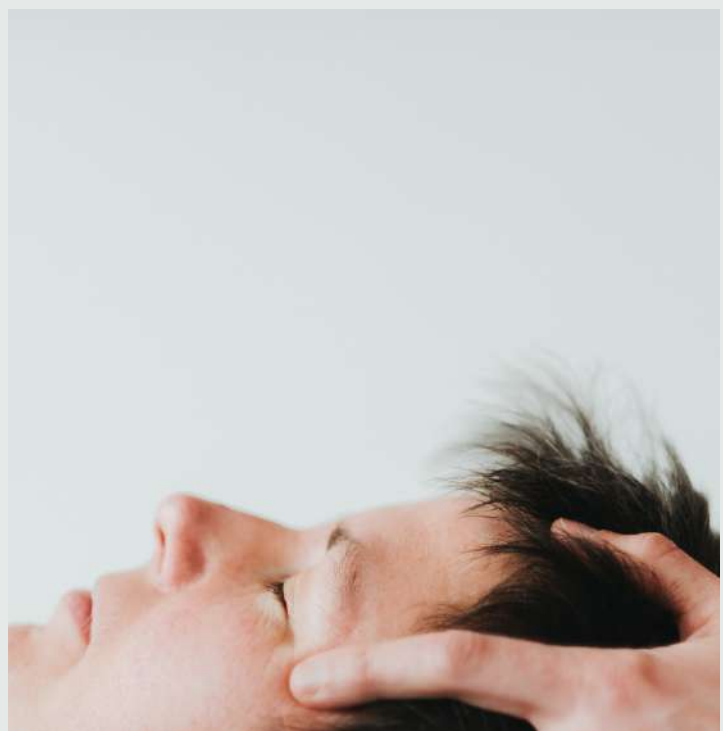
Dit deel van de fasciatherapie heet: **de Somato-PsychoPedagogie**. Jouw patiënt leert van zijn lichaam, aan de hand van de reacties die hij voelt naar aanleiding van jouw behandeling. Dit zorgt ervoor dat jouw patiënt niet langer het lijdend voorwerp moet zijn, maar in zijn kracht kan komen te staan, en zelf weer het heft in handen kan nemen.

En dit is een cadeau!

# conclusie

---

De patiënt wordt door middel van fasciatherapie in zijn totaliteit als mens benaderd: zijn verhaal wordt vervolledigd, zijn hele lichaam wordt aangesproken, zijn lichaam helpt actief in het herstelproces, hij wordt betrokken bij het proces, wordt zich bewust van wat zijn lichaam hem te vertellen heeft en leert ervan.



## 2 EEN FASCIATHERAPEUT RICHT ZICH NAAR HET BINDWEEFSEL IPV NAAR EEN DIAGNOSE

### Het fasciaweefsel.

Laat mij eerst even kort wat uitleg geven over het fasciaweefsel an sich. Fascia is de Latijnse term voor bindweefsel, en bindweefsel is een vrij algemene term voor een grote verzameling weefsel in ons lichaam. Het heeft een aantal zeer **belangrijke eigenschappen** en kenmerken.



Bindweefsel is een **elastisch** weefsel dat in ons groeit van bij de eerste dagen van onze (embryonale) ontwikkeling.

Zo komt bijvoorbeeld heel ons bewegingsstelsel uit **1 en dezelfde soort cel**.

Doorheen ons groeiproces differentiëren deze cellen door allerhande mechanische en metabolische processen tot ze uiteindelijk botten, ligamenten, pezen, kruisbanden, discussen, ...vormen.

We vinden bindweefsel echter ook terug in **wanden van bloedvaten**, rond onze hersenen en zenuwen, en in ons spijsverteringsstelsel. Het is dan ook niet overdreven te stellen dat het **omnipresent** is, het zit letterlijk overal, van kop tot teen, van buiten naar binnen waarbij elke vorm van bindweefsel zijn eigen samenstelling en eigen specifieke elasticiteit heeft.

Daarbij komt dat er geen gescheiden onderdelen in ons lichaam bestaan. Nee, fascia zorgt voor een **continuïteit**.

**Concreet gaat het bindweefsel van de spieren naadloos over naar dat van bloedvaten, spijsvertering, ...** Breng je 1 deel van je lichaam in beweging, dan neem je het andere per definitie mee, al dan niet objectief waarneembaar.

**Dit verklaart het fysieke karakter van de globale aanpak.**

Tot slot is het zo dat het bindweefsel vol proprioceptieve cellen zit, waardoor onze hersenen continue ingelicht worden over de toestand van dit bindweefsel.

**Bindweefsel communiceert met de hersenen, en is reactief.**

Het grootste deel van deze informatie blijft onbewust. De pijnklachten daarentegen springen direct naar de voorgrond.

(De theoretische achtergrond voor dit alles is onder andere het werk van Dr. Robert Schleip en zijn collega's.)



Door je patiënt bewust te maken van wat er gaande is in zijn lichaam, wordt dus ook het brein van de patiënt mee ingeschakeld in deze globaliteit.

Jouw patiënt zal zaken leren waarnemen in zijn lichaam, in zijn beweging, in zijn gedrag en denkpatronen, die er altijd al waren, maar nu bewust zullen gemaakt worden.

Bindweefsel is dus een levende, elastische, globale, onnipresente, onuitputtelijke bron van informatie.

Als fasciatherapeut werk je met het bindweefsel, wat een globale structuur is, maar we leren je binnen de opleiding fasciatherapie ook op welke manier je met die globaliteit aan de slag kan.

Om globaal te kunnen werken, leer je als student fasciatherapie **tegelijkertijd in de diepte te voelen**, door alle lagen heen, en tegelijkertijd ook **in de uitgestrektheid van het lichaam**.

Concreet leer je :

- de fysieke linken tussen het bewegingsapparaat, het spijsverteringsstelsel, het neurologisch - en vasculair stelsel te voelen.
- de functionele repercussies daarvan: wat komt allemaal mee in welke beweging? Wat doet de rechter humerus, L4, het dalend deel van de dikke darm en de rechter femur tijdens een lateroflexie van de romp naar links?
- wat de rol is van elk onderdeel in een beweging.
- wat de impact is wanneer delen niet meer (kunnen) meebewegen.
- de globaliteit te observeren met je ogen: in plaats van de afzonderlijke onderdelen van het bewegingsstelsel te zien, leren we je opnieuw naar de samenhang te kijken.
- op een andere manier te kijken naar de bewegingen van een patiënt.

Je zal versteld staan van alle informatie die je kan halen uit de observatie van zeer eenvoudige bewegingen!

Je zal merken dat het begrip coördinatie meer diepte krijgt. Ook het belang ervan in een behandeling alvorens aan stabilisatie en krachttraining te beginnen zal je weten te appreciëren, dat belooft ik je! Allemaal dankzij het onnipresente karakter van het bindweefsel!

Dit is voor de meeste kinesitherapeuten een compleet nieuwe vaardigheid die een enorme verruiming van het behandelplan kan betekenen.



Het holistische, de dynamische anatomie (lichaam op een andere manier als kine bekijken), visceraal leren werken en de Somato-Psychopedagogiek. Dat is voor mij het belangrijkste waarom ik voor fascia heb gekozen!

## **CV, 34j kinesitherapeut fasciatherapeut in opleiding**



Ik vind dat fascia ook op mijn gemoedstoestand werkt en niet enkel op mijn lichaam misschien een fout antwoord, maar het is wel mijn ervaring. Het geheel wordt aangepakt en niet deeltjes van mijn lichaam.

## **SM, 47j patiënte**

Verder is het zo dat dit bindweefsel vol proprioceptoren zit (*zie eerste deeltje over de eigenschappen van het bindweefsel*). Dit heeft als consequentie dat je de patiënt kan leren om verschillende aspecten van zichzelf waar te nemen: heel wat van de informatie die vanuit het bindweefsel vertrekt naar onze hersenen blijft namelijk onbewust.

De hypothese is dat door de fasciabehandeling een prikkeling ontstaat van de proprioceptoren waardoor verschillende fysiologische effecten worden gecreëerd.



“Voorafgaande bijscholingen zoomden voornamelijk in op bepaalde lichaamsdelen of disfuncties ervan. De opleiding Fasciatherapie kon voor mij uitzoemen en liet de puzzelstukken terug in elkaar vallen zodat ik het lichaam weer in zijn globaliteit kan zien.”

## TD, gediplomeerde fasciatherapeute

Als fasciatherapeut leer je op welke manier je jouw patiënt bewust kan maken van die effecten: hij leert zijn eigen houding en beweging waar te nemen, maar ook de toestand van zijn lichaam, en hoe hij zich zelf voelt.



**Concreet:** Zie je jouw patiënt met het trapeziussyndroom voor jou? Dit zijn zelden patiënten die mentaal helemaal ontspannen of rustig bij jou in de praktijk toekomen. Wel integendeel, de spanning in de geest is dikwijls sterk gelinkt aan de spanning in het lichaam. Door de spanning in het lichaam te verlagen, de veerkracht te gaan herstellen, bewegingspatronen te herstellen, en vooral jouw patiënt daar bewust van te maken, zal je kunnen merken dat mensen zich ook op het mentale vlak kunnen herpakken. Met zachte pijnloze technieken, breng je zowel het weefsel als de patiënt tot rust.

Tot hier de globaliteit van de behandeling in het kort uitgelegd!

# conclusie

---

Fasciatherapeuten kunnen zo globaal werken omdat ze zich richten op een elastisch, levend, reactief weefsel dat letterlijk op een ononderbroken manier overal zit. In de opleiding wordt aangeleerd hoe dit omnipresente weefsel kan benaderd en behandeld worden, in de diepte en in de uitgestrektheid van het lichaam.

De hypothese is dat, omdat het bindweefsel zeer veel proprioceptoren bevat en dus continu informatie naar de hersenen stuurt, door prikkeling van die proprioceptoren op verschillende niveau's informatie verkregen kan worden. Door deze info bewust te maken, wordt ook het mentale en psycho-emotionele aspect van de patiënt aangesproken.

Vanuit het fysieke wordt de persoon betrokken.



# 3 ZACHTE MANUELE TECHNIEKEN, BEWEGINGS- THERAPIE, EEN COACHEND GESPREK EN FULL PRESENCE® MEDITATIE

## Behandeling fasciatherapie.

De toegepaste technieken zijn op zich gemakkelijk toepasbaar, zijn fysiek voor jou als therapeut niet zwaar, en zijn tegelijkertijd **ongelooflijk zacht, zeer krachtig en werken diepgaand.**

De technieken staan ook ten dienste van het behandelplan, dat nooit vaststaat: je werkt in het moment, volgens wat de vraag is van jouw patiënt en de informatie die komt uit het lichaam van jouw patiënt.

Deze stelling is misschien wat wazig en weinig zeggend. Heb je een paar minuutjes? Dan geef ik met veel plezier wat duiding. ;-)

Grosso modo kan je stellen dat een behandeling fasciatherapie, zoals Danis Bois (de grondlegger van de methode) ze voor ogen had, kan bestaan uit de volgende technieken:

- een manueel gedeelte
- een gedeelte van beweging
- een gedeelte coaching of gesprek omtrent de ervaringen die je opdeed tijdens een behandeling
- een meditatief luik



# manuele behandeling

Tijdens deze behandeling ligt jouw patiënt meestal op de tafel. Jij past verschillende handgrepen toe, waarbij je vooral gebruik maakt van een zeer zachte rek en druk.



Met deze rek en druk ga je een evaluatie maken van de toestand van de aangedane zone en het lichaam in zijn totaliteit.

Je neemt de elasticiteit van het weefsel waar, je prikkelt de proprioceptoren, wekt fysiologische reacties op (gevoel van warmte, zwelling, tonusdaling, beweging, ...) waardoor het lichaam uitgenodigd wordt om te reageren en actie te ondernemen. Vanuit deze zachte rek en druk, zullen ook objectieve bewegingen geïnduceerd worden.

Het is dit spel tussen vraag (onder de vorm van rek en druk) en antwoord (onder de vorm van fysiologische reacties) die de inhoud van de behandeling zullen bepalen, niet de diagnose.

# bewegings therapie

Een mooie aanvulling op wat je reeds toepast. Tijdens de opleiding zal je eerst en vooral kennismaken met de biomechanica volgens de concepten van de dynamische anatomie en de biotensegriteit, en zal je leren om beweging waar te nemen, de zogenaamde movement awareness.



Vanuit deze kennis en ervaring zal je meer tools in handen krijgen om, vooraleer je begint met stabilisatie en krachtoefeningen, de coördinatie binnen de globaliteit van jouw patiënt te revalideren.

Je hebt er geen extra oefenmateriaal of extra ruimte voor nodig, enkel het lichaam van jouw patiënt en jouw begeleiding!

De bewegingstherapie doet echter meer dan enkel de biomechanica herstellen. Het is een zeer doeltreffende methode om terug thuis te komen in je eigen lichaam: "*We don't use our body to get into movement, we use our movement to get into our body.*" Deze kan ik niet verder uitleggen, de ervaring zal genoeg zeggen!

# Full Presence meditatie®

Meditatie is tegenwoordig niet meer weg te denken, en er bestaan verschillende vormen. Full Presence® meditatie is ontwikkeld door Prof. dr. Danis Bois.



Prof. Dr. Danis Bois

Met deze methode wordt de lijn van de eigenschappen en specificiteiten van de fasciatherapie doorgetrokken naar de meditatie: je maakt gebruik van de stilte, waarneming van jouw lichaam of dat van jouw patiënt, de fysiologische reacties en de waarneming daarvan, om opnieuw het lichaam uit te nodigen en in staat te stellen zelf actie te ondernemen. Meditatie wordt hier een instrument om je capaciteiten te ontwikkelen.

## Het Gesprek SomatoPsychoPedagogie

Een behandeling fasciatherapie duurt meestal ook langer dan een klassieke behandeling. (Daartegenover staat dat jouw patiënt meestal slechts 1 keer per week tot bij jou komt). In de drie kwartier tot een uur, gebeurt er vanalles in het lichaam van jouw patiënt. Zeer dikwijls zijn deze ervaringen voor jouw patiënt nieuw: hij voelde nooit eerder een ruimte opkomen in zijn thorax, of hij voelde nooit eerder een ontspanning van zijn kuiten op die manier, of hij werd geraakt door de stilte die hij mocht ervaren in zijn gedachten of door de betrokkenheid van jou als therapeut. Om deze ervaringen te integreren, en langer te kunnen laten doorwerken, worden ook **specifieke gesprekstechnieken** aangeleerd tijdens de opleiding. Op dat moment word je niet enkel gevormd als therapeut, maar ook tot somato-psycho-pedagoog (SPP) van jouw patiënt. Dit is een ongelooflijk boeiende aanvulling op het werk dat je reeds doet!

Naast de zachte manuele handgrepen, zal je binnen de fasciatherapie ook gebruik leren maken van de **traagheid**.

Traagheid verfijnt, traagheid wordt respect. Deze traagheid is bedrieglijk: juist doordat je jouw patiënt en zijn lichaam de tijd en ruimte gunt om te reageren, krijg ook jij als therapeut alle tijd en ruimte om waar te nemen wat nu juist de reacties zijn onder jouw handen.

# conclusie

---

Met Fasciatherapie heb je de garantie dat er van verveling geen sprake meer is: eens je leert waar te nemen in de subtiliteit van het menselijk lichaam, zijn geen twee behandelingen ooit meer dezelfde!



Kine is intensiever iets doen maar voor mij werkte dat niet. Ik bleef constant mijn “signaalpunt” voelen, het lukte me niet om te sporten, ... nu is (na wel enkele jaren behandeling) mijn signaalpunt verdwenen en kan ik sporten.

Een vaste therapeut lijkt me ook wel een echte meerwaarde aangezien die je lichaam goed begint te kennen en snel kan inspelen op klachten.

Kortom ik ben fan 😊”

**KW, patiënte**

“De opleiding tot Kinesitherapeut is zeer westers gericht. Daarmee bedoel ik voornamelijk symptomatisch behandelen volgens meestal een bepaald protocol. Oorzakelijk nadenken en behandelen leer je in tal van andere opleidingen. Waar verschilt Fasciatherapie MDB dan in? Vooral de zachtheid en traagheid van behandelen. Zeker bij chronische patiënten maar ook bij zeer acute patiënten wordt dit als zeer aangenaam ervaren! Is ook een hands-on-therapie die zeker bij mijn manier van behandelen beter past. En ik voel ook dat fasciatherapie geven minder belastend is voor mijn eigen lichaam. Dus als je als therapeut een manier van behandelen wilt leren die zowel voor de patiënt als voor uzelf voelt als bevrijdend, aangenaam en doeltreffend! Dan moet je zeker kiezen voor fasciatherapie!”

**NvdK, fasciatherapeute in opleiding**



# 4 DAAROM DE OPLEIDING FASCIATHERAPIE VOLGEN



Ik ben er zeker van dat jij als zorgverlener dag in dag uit in de weer bent met het welzijn van jouw patiënten. Je wordt mee blij met jouw patiënt als die enthousiast komt vertellen dat de pijn weg is, en dat hij terug zijn geliefde sport kan aanvatten.

Jammergenoeg zijn er tegenwoordig nogal wat patiënten waar we als kinesitherapeut met de mogelijkheden die de kinesitherapie ons biedt, niet verder geraken. Ik denk daarbij aan fibromyalgie, burn-out, mensen die een heleboel symptomen hebben maar waar geen echte diagnose kan gevonden worden (de Medical Unexplained Symptoms of de "MUS"), mensen die een depressie doormaken en die daarbij ook nogal wat fysieke klachten ontwikkelen, fysieke klachten na een psychisch trauma, mensen met een algemeen onwelbevinden...

Of herken je dit klinische beeld: een persoon komt met een tenniselleboog, nadien met rugpijn, nadien met een verzwikte enkel die moeilijker revalideert dan normaal, opnieuw een tenniselleboog. Kortom, de patiënten die steeds terugkeren met nieuwe klachten.

Op dat moment schiet onze toolbox binnen de kinesitherapie dikwijls te kort.

Ikzelf geraakte geïntrigeerd door de grote "waarom" vraag. Waarom krijgt deze persoon systematisch nieuwe ontstekingsklachten? Waarom helpt mijn manuele behandeling niet? Waarom gaat deze persoon met mijn oefentherapie eerder achteruit dan winst te boeken? Hoe komt het dat die hier nu alweer is? Wat kan ik de persoon met haar burn-out bieden? Wat is de link tussen de mentale toestand en zijn fysieke toestand?



“Voor mij is het naast het holistische ook die zachtheid waar je zoveel mee kan bereiken. Ik geloof dat je hier een deel patiënten mee kunt bereiken voor wie de 'klassiekere' aanpak niet (langer) werkt.

Het is ook straf hoeveel verschillende fijne nuances/ sensaties je voelt als je effectief de tijd neemt om een patiënt te voelen. En ook straf hoe je dat verschil ook als behandelde persoon kunt voelen. Het zit hem echt in het subtiele voor mij, ik ben alleszins helemaal enthousiast 😊.”

## **CH, Kinesitherapeute fasciatherapeute in opleiding**

Mijn ervaring leert mij precies dat ze meer pijn heeft als ook haar spijsvertering overhoop ligt, wat is er aan de hand? Wat gebeurt er binnen het bloedvatensysteem bij het ontstaan van pathologie? Hoe kan ik mijn patiënten met fibromyalgie vooruit helpen? Wat is het verschil in aanpak bij patiënten met burn out klachten? Wat mag ik zeggen tegen deze getraumatiseerde patiënt?

Stel jij je deze vragen ook? Of begin je ze nu te stellen?

Op deze vragen krijg je een afdoend antwoord binnen de opleiding fasciatherapie. Je start de zeer praktijkgerichte opleiding met een aangename groep collega's van ongeveer 20 personen. Op die manier is er steeds voldoende tijd en aandacht voor ieder van jullie. De sfeer is steeds ongedwongen. Ons team van lesgevers met verschillende achtergronden en persoonlijkheden, is zeer toegankelijk, bereikbaar en aanspreekbaar. Het zijn stuk voor stuk krakken in hun job en op pedagogisch vlak, ze blijven trouw aan de oorsprong van de methode Danis Bois en stromen over van passie voor fasciatherapie. En dit zal je voelen!

Je zal leren dat DE fasciatherapeut niet bestaat, maar dat jij zelf vanuit jouw interesses, jouw sterke kanten en jouw persoonlijkheid, vorm zal geven aan jezelf als fasciatherapeut.

Gedurende 24 seminars van telkens 3 dagen (donderdag, vrijdag, zaterdag), leren jullie systematisch meer over de architectuur van menselijk lichaam, de biomechanica, de fysiologie, de functionele bewegingen, de impact van de persoon op zijn functioneren, en vooral, hoe jullie daar mee aan de slag kunnen.

Nieuw voor de meeste kinesitherapeuten is het leren werken met het craniale en het viscerale deel, en het werken op bloedvaten (pulsologie).

Nog nieuwer is dat je zal ontdekken welke enorme intelligentie in het lichaam aanwezig is, en hoe je als therapeut transformeert van “de doener” naar een therapeut die de omstandigheden creëert in het lichaam waardoor het lichaam van de patiënt zelf tot een oplossing kan komen. Van een shift gesproken!

Ook jouw arsenaal aan technieken zal uitbreiden: je zal leren werken met uitermate zachte technieken vanuit een specifieke traagheid.

Laat je daardoor niet afschrikken: deze traagheid geeft tijd en ruimte aan het lichaam om zeer uitgebreid te antwoorden op de vragen die je eraan stelt, onder de vorm van druk en rek.

Er ontspringen zich boeiende conversaties, geen tijd voor verveling dus, wel integendeel: in die traagheid zal je actiever en meer dan ooit betrokken worden bij jouw patiënt en de behandeling.



“fascia: de zachtste aanraking met het meest diepgaand effect op mijn fysieke en mentale welbehagen. Dat vind ik het grootste verschil: de niet-bruskerende aanpak als input, en het veel ingrijpender effect als resultaat. Laagje na laagje krijgt mijn lichaam het vermogen terug om naar zichzelf te luisteren en voor zichzelf te zorgen.

Wie openstaat voor verandering kan via fasciatherapie tot de bron van zijn/haar bestaan gaan.

**KD,  
patiënte**

**ML,  
patiënte**



Kiné start vanuit een diagnose, terwijl bij fasciatherapie pijnpunten naar boven komen zonder dat die expliciet vermeld werden. Je leert je lichaam beter voelen en hebt als patiënt niet het gevoel dat je tussen 2 anderen in gepropt werd. Verder is het ook veel meer een totaalervaring: lichaam en geest, maar misschien klinkt dat te wellnessachtig...

Naast het feit dat je als therapeut enorm zal groeien, is er ook een grote bonus aan deze opleiding: als therapeut leer je ook jouw lichaam ten gronde kennen.

Ook jij leert de globaliteit van jouw lichaam observeren, je leert jouw bewegingen te voelen, en leert waarnemen hoe je reageert op bepaalde prikkels. En jij zal aan de lijve de deugddoende effecten van fasciatherapie ondervinden in de vele uren praktijk. Het is eenvoudig: je zal ervaringsdeskundige zijn met een stevige theoretische achtergrond.

De opleiding fasciatherapie methode Danis Bois, is dan ook een opleiding die breder gaat dan enkel het aanleren van technieken: als je je wilt verdiepen in jouw lichaam, in jouw bewegingen, dan is dit even goed een mooie motivatie om eraan te beginnen.

## conclusie

---

De opleiding fasciatherapie is er voor iedere kinesitherapeut/manueel therapeut die diepgaander en genuanceerder werk wil verrichten met patiënten, en dan zeker met de groep met chronische, complexe klachten. De opleiding wordt gedragen door een zeer degelijk, divers, bereikbaar, gepassioneerd team, dat trouw blijft aan de methode Danis Bois. De opleiding fasciatherapie vormt jou als therapeut, en geeft jou de mogelijkheid om ook te groeien als persoon.





Fascia College is een onderwijsinstelling binnen vzw ELB (Educatieve Lichaamsbeweging). We leggen ons toe op de organisatie van een meerjarige opleidingscursus Fasciatherapie voor kinesitherapeuten, osteopaten en paramedici. We bieden ook een bijscholingsprogramma aan voor gediplomeerde fasciatherapeuten onder vorm van Permanente Vormingen en wetenschappelijke studiedagen.

De kennis en vaardigheden die we overbrengen, zijn gebaseerd op recente neuro-fysiologische en fysio-psychologische wetenschappelijke bevindingen over het functioneren en bewegen van de mens. Fasciatherapie is toepasbaar binnen de gezondheids- en de welzijnszorg. Naargelang het accent in de zorg spreekt men van Fasciatherapie, Somato-Psycho Pedagogie en Perceptieve Coaching.

Naast onze eigen opleidingsdocenten worden er cursussen georganiseerd in samenwerking met internationale docenten binnen de Fasciatherapie en Psychopedagogie zoals Prof. Dr. Danis Bois, Prof. Dr. Christian Courraud, Prof. Dr. Eve Berger ea.

Wij werken verder samen met andere internationale onderzoekers, zoals Dr. Robert Schleip, John Sharkey MSc, Prof. Carla Stecco ea. die binnen het wetenschappelijk domein van de fascia actief zijn, waarin de specificiteit van de fascia's als belangrijk sensorisch systeem binnen de menselijke bewegingen en zijn interne beleving als persoon onderzocht worden.