

**MASSÖÖR I, II, III**

## EESSÕNA

See kutsestandard sisaldab asjaomaste institutsioonide poolt kokkulepitud nõudeid massöör I, II, III kvalifikatsioonile.

Kutsestandardi kavandi koostas Tervishoiu ja Sotsiaaltöö Kutsenõukogu juurde moodustatud massööride töörühm koosseisus:

Martin Ilves	Eesti Massööride Liit
Leo Tamm	Taastusarstide Selts, Tallinna Lastehaigla SA
Saima Kuu	Eesti Massööride Liit, Eesti Füsioterapeutide Liit
Üllari Ots	Eesti Massööride Ühing
Alar Krautman	Eesti Massööride Liit
Inna Soonurm	Riiklik Eksami- ja Kvalifikatsioonikeskus

Ajavahemikus 04.02 - 20.03.2002. a. viidi läbi kutsestandardi kavandi arvamusküsitlus, millesse kaasati 22 tervishoiu-, ilu- ja isikuteeninduse, haridus- ja spordivaldkonna ettevõtete esindajad Eesti erinevatest piirkondadest.

Massöör I, II ja III kvalifikatsiooni sisaldava kutsestandardi lõppredaktsiooni koostamisel on eeltoodud töörühm arvestanud kutsestandardi kavandi kohta arvamusküsitlusel tehtud ettepanekuid ja märkusi.

Kutsestandardi koostamisel on arvestatud Suurbritannia NVQ-de (National Vocational Qualifications – rahvuslikud kutsekvalifikatsioonid) kutseoskusnõuetega, “Sports Massage training discussion document”, March 1999, European Association for Sports Massage ; Finnish Competence-Based Qualification, Further qualification of masseur/masseuse, National Board of Education, Finland; Utbildningen till massage terapeut, Axelsons Gymnastika Institut, Stockholm.

Massöör I, II ja III kvalifikatsiooni sisaldav kutsestandard on koostatud esmakordselt.

Massöör I, II ja III kvalifikatsiooni sisaldav kutsestandard on kinnitatud 16.04.2002. a. Tervishoiu ja Sotsiaaltöö Kutsenõukogu otsusega nr. 9.

Kutsestandardis sisalduvad kutsekvalifikatsioonid on kantud kutseregistrisse.

## 1 KASUTUSALA

- 1) töötajate kvalifikatsiooninõuete määramine
- 2) õppekavade, koolitusprogrammide väljatöötamine
- 3) eksaminõuete väljatöötamine, kutsekvalifikatsiooni tõendamine ja hindamine
- 4) aluse andmine rahvusvaheliste kvalifikatsiooni tõendavate dokumentide võrdlemiseks

## 2 KUTSEKVALIFIKATSIOONISÜSTEEMI TERMINID

**Kutsestandard** – dokument, mis määrab kindlaks kutsekvalifikatsioonist tulenevad nõuded teadmiste, oskuste, vilumuste, kogemuste, väärtushinnangute ja isikuomaduste.

**Kutsekvalifikatsioon** – antud kutsealal nõutav kompetentsuse tase, mida tunnustatakse kas reguleeritud, ajalooliselt või rahvusvaheliselt kujunenud nõuete alusel.

Kõik kutsed ei eelda kvalifikatsioonide fikseerimist I kuni V tasemeni. Iga konkreetse kutse kvalifikatsioonid määratleb kutsenõukogu.

I tase – lihtsate tööülesannete täitmine sarnastes olukordades; põhilised kutsealased oskused ja teadmised on omandatud enamasti läbi koolituse; vajadusel juhendatakse töö käigus; vastutab oma tööülesannete täitmise eest.

II tase – põhiliste tööülesannete täitmine erinevates olukordades; lisaks kutsealastele oskustele ja teadmiste omab vilumust ja kogemust; töötaja töötab iseseisvalt; vastutab oma tööülesannete täitmise eest.

III tase – keerukate tööülesannete täitmine erinevates ja vahelduvates olukordades; omab kutsealast meisterlikkust; valmisolek kutsealaste oskuste ja teadmiste edasiandmiseks või laialdased kutsealased oskused ja teadmised on omandatud läbi koolituse; valmisolek korraldada ressurside jagamist ja teiste tööd ning vastutada selle eest.

IV tase – erinevate, keerukate, analüüsimist ja otsustamist eeldavate tööülesannete täitmine muutuvates olukordades; laialdased kutsealased teadmised ja oskused, millele lisanduvad kogemused ja vilumused või juhtimisalased teadmised; korraldab ressurside jagamist ja teiste tööd ning vastutab selle eest.

V tase – teadmiste laiendamist, probleemide lahendamist, teaduslike teooriate ja mõistete rakendamist, olemasolevate teadmiste süstematiseerimist, edasiarendamist ja õpetamist eeldavate tööülesannete täitmine muutuvates olukordades, kõrgel tasemel kutse- ja erialased teadmised, oskused, millele lisanduvad kogemused ja vilumused või juhtimisalased teadmised; korraldab ressurside jagamist ja teiste tööd ning vastutab selle eest.

### **Kutseoskusnõuded**

Üldoskused ja -teadmised – tegevusvaldkondi läbivad nõuded üldistele oskustele ja teadmistele.

Põhioskused ja -teadmised – kutsealal tegutsemiseks vajalikud nõuded oskustele ja teadmistele.

Eriosauskused ja -teadmised – nõuded oskustele ja teadmistele, mis on seotud spetsialiseerumisega.

Lisaoskused ja -teadmised – soovituslikud oskused ja teadmised, mis toetavad ja laiendavad kutseoskusi või seonduvad lisakvalifikatsiooniga.

Isikuomadused ja võimed – nõuded kutsealal töötamiseks eeldatavatele isiku- ja isikuluslikele omadustele ja füüsilistele võimetele.

### **Konkreetsete teadmiste ja oskuste tasemete kirjeldused**

Algtase – mõistete, faktide ja põhimõtete teadmine; põhiliste töövõtete valdamine.

Keskase – mõistete ja faktide tõlgendamine ja võrdlus, seoste loomine; mitmekesiste töövõtete valdamine.

Kõrgtase – seostatud faktide alusel analüüsimine, prognoosimine, järeldamine, üldistamine, hindamine; mitmekesiste komplitseeritud töövõtete valdamine.

## **3 KUTSESTANDARDIGA SEONDUVAD STATISTILISED KOODID**

Eesti Majanduse Tegevusalade Klassifikaatori<sup>1</sup> järgi kuulub massaaž tervishoiu ja sotsiaaltöö valdkonda, kood 8514, füüsilise heaoluga seotud teeninduse valdkonda, kood 9304, veterinaaria valdkonda, kood 8520.

Ametite Klassifikaatoris<sup>2</sup> kuulub massöör 3. pearühma “Tervishoiu abispetsialistid”, kood 322 ja 5.pearühma “Muud isikuteenindajad”, kood 514.

## **4 KUTSEKVALIFIKATSIOON**

Eesti keeles:	Massöör I, II, III
Inglise keeles:	Masseur/masseuse I, II, III
Vene keeles:	Массажист I, II, III
Soome keeles:	Hieroja I, II, III

## **5 KUTSEKIRJELDUS**

Massööri töö eesmärk on kliendi kehaliste ja vaimsete võimete arendamine, tervisehäirete ennetamine, organismi üldise vastupanuvõime tugevdamine ja hea enesetunde saavutamisele kaasaaitamine. Massöör valmistab ette töökoha, loob kontakti masseeritavaga, kogub anamneesi ja masseerib. Ta nõustab ja juhendab kliente ning vajadusel soovitab pöörduda tervishoiu spetsialisti poole.

Massööri töökeskkond peab olema puhas, piisava valgustuse ja vajaliku temperatuuriga, õhutatud ning mõjuma masseeritavale meeldivalt ja turvaliselt. Massöör kasutab tehnilisi ja muid abivahendeid nagu massaažilaud, padjad, tekid, linad, õlid, puhastusvahendid jms. Erinevaid värve, lõhnu ja helisid kasutades loob massöör masseeritavale sobiva rahu ja lõdvestust soodustava ümbruse ja õhkkonna.

Massöör võib spetsialiseeruda ilu- ja isikuteeninduse, tervishoiu, spordi või veterinaaria valdkonda. Spetsialiseerumine veterinaaria valdkonda eeldab veterinaariaalaste teadmiste olemasolu.

Massööri töö eeldab teenindusvalmidust, korrektset välimust ning head suhtlemisoskust.

---

<sup>1</sup> Statistical classification of economics activities in the European Community (NACE) eestistatud versioon

<sup>2</sup> International Standard Classification of Occupations (ISCO-88) eestistatud versioon

Massöör I kvalifikatsiooni taotlemise eelduseks on keskharidus ning massööri kutsestandardi nõuetele vastav koolitus.

Massöör II kvalifikatsiooni taotlemise eelduseks on keskharidus, kutsealane koolitus ja vähemalt 2-aastane järjepidev töökogemus massöörina ning täiendkoolitus mingis massaaži spetsialiseerumise valdkonnas.

Massöör III kvalifikatsiooni taotlemise eelduseks on keskharidus, kutsealane koolitus ja vähemalt 3-aastane järjepidev töökogemus II kvalifikatsioonitaseme massöörina ning eri- ja juhendamisalane täiendkoolitus.

## **6 KUTSEOSKUSNÕUDED**

### **6.1 Üldoskused ja -teadmised**

#### 6.1.1 Õigusaktid

- 1) kutsealaga seotud õigusaktid
  - a) tervisekaitse
  - b) andmekaitse
  - c) tarbijakaitse
- 2) tööõigus

#### 6.1.2 Töökeskkonna ohutus

- 1) tööohutus
- 2) töötervishoid
- 3) tööhügieen
- 4) jäätmekäitlus
- 5) esmaabi

#### 6.1.3 Suhtlemine

#### 6.1.4 Klienditeenindus

#### 6.1.5 Keeleoskus (vt lisa A)

- 1) eesti keel – I, II algfase; III kesktase
- 2) võõrkeel - algfase

#### 6.1.6 Asjaajamine ja dokumenditöö - algfase

#### 6.1.7 Ettevõtluse alused - algfase

#### 6.1.8 Juhendamine – I, II nõue puudub, III kesktase

### **6.2 Põhioskused ja -teadmised**

#### 6.2.1 Massaaži ajalugu

#### 6.2.2 Kutsealane terminoloogia

#### 6.2.3 Inimese anatoomia ja füsioloogia

#### 6.2.4 Kinesioloogia

#### 6.2.5 Massaažis kasutatav meditsiinialane ladinakeelne terminoloogia

#### 6.2.6 Anamneesi kogumine

#### 6.2.7 Haiguste põhitunnused, nende tekkepõhjused, võimalikud massaaži riskitegurid

- 1) südame-veresoonkonna haigused
- 2) närvisüsteemi haigused
- 3) hingamiseldite haigused
- 4) traumatoloogilised, ortopeedilised ja kirurgilised haigused

- 5) nahahaigused
- 6) nakkushaigused
- 7) seedeelundite haigused
- 6.2.8 Farmakokeemia (õlid ja nende koostis/toime)
- 6.2.9 Algteadmised ravimitest
- 6.2.10 Massaaži alused, võtted ja nende toimed – I algtase; II kesktase; III kõrgtase
  - 1) töökeskkond ja töö korraldamine
  - 2) näidustused ja doseerimine
  - 3) võtted
  - 4) eritehnikad
  - 5) asendid
  - 6) massaaži toime hindamine
  - 7) vastunäidustused
- 6.2.11 Töös kasutatavad põhi-, abi- ja tehnilised vahendid
- 6.2.12 Klassikaline rootsimassaaž – I algtase; II kesktase; III kõrgtase
- 6.2.13 Klassikaline hiina punktmassaaž – I algtase; II kesktase; III kõrgtase
- 6.2.14 Lümfimassaaž – I algtase; II kesktase; III kõrgtase
- 6.2.15 Tugi-liikumisaparaadi hindamine – I algtase; II kesktase; III kõrgtase

### **6.3 Erioskused ja -teadmised**

- 6.3.1 Tervishoid
  - 1) segmentmassaaž
  - 2) lümfimassaaž
  - 3) punktmassaaž
  - 4) periostaalmassaaž
  - 5) hüdromassaaž
  - 6) refleksoteraapia
  - 7) sidekoe massaaž
  - 8) laste ja vanurite massaaž
- 6.3.2 Sport
  - 1) teipimine
  - 2) spordipsühholoogia
  - 3) spordifüsioloogia
  - 4) esmaabi osutamine sporditraumade korral
  - 5) keemiliste toimeainete kasutamine
  - 6) füüsiliste vahendite kasutamine
- 6.3.3 Ilu- ja isikuteenindus
  - 1) klassikaline rootsimassaaž
  - 2) aroomiteraapia
  - 3) kosmeetiline massaaž
  - 4) tselluliidimassaaž
  - 5) laste ja vanurite massaaž
- 6.3.4 Veterinaaria
  - 1) teadmised loomade anatoomiast ja füsioloogiast
  - 2) enamlevinud haigused
  - 3) loomade masseerimisvõtted

- a) hobused
- b) koerad
- 4) ohutud töövõtted

#### **6.4 Lisaoskused ja –teadmised**

6.4.1 Nõustamine edasise ravi/tegevuse osas

6.4.2 Arvuti kasutamine: moodulid AO1-AO4, AO7 (vt lisa B)

#### **6.5 Isikuomadused ja võimed**

- 1) empaatiavõime
- 2) tolerantsus
- 3) vastutusvõime
- 4) koostöövõime
- 5) suhtlemisoskus
- 6) analüüsivõime
- 7) loovus
- 8) kohanemisvõime
- 9) iseseisvus
- 10) püsivus
- 11) füüsiline suutlikkus

### **7 KEHTIVUSAEG**

Kutsestandard kehtib 4 aastat. Vastavalt vajadusele võib standardit muuta enne standardi kehtivusaja lõppu.

## KEELTE OSKUSTASEMETE KIRJELDUSED

Alljärgnevides nõuetes on lähtunud Eesti Vabariigi keeleseaduses kasutatavatest keeleoskustasemetest, laiendades samad nõuded võõrkeelele.

Eristatakse kolme keeleoskustaset:

**Algtase** – keele piiratud suuline ja elementaarne kirjalik oskus. Isik tuleb toime tuttavates keelekasutusolukordades, saab aru selgest kõnest igapäevaelu puudutavatel teemadel, mõistab üldjoontes lihtsama teksti sisu ning oskab täita lihtsaid tüüpdokumente ja kirjutada lühikesi tarbetekste.

**Kesktase** – keele suuline ja piiratud kirjalik oskus. Isik tuleb toime mitmekesisetes keelekasutusolukordades, saab aru normaalse tempoga kõnest, mõistab raskusteta igapäevaelu kajastavate tekstide sisu, suudab kirjutada oma tegevusvaldkonda puudutavaid tekste.

**Kõrgtase** – keele suuline ja kirjalik oskus. Isik väljendab ennast vabalt, sõltumata keelekasutusolukorrast, saab aru ka kiire tempoga kõnest, mõistab raskusteta keerulisemate tekstide sisu, suudab kirjutada stiililt ja funktsioonilt erinevaid tekste.



## **ARVUTI KASUTAMISE OSKUS**

Arvutikasutaja oskustunnistus – AO (ECDL/ICDL – The European Computer Driving Licence/The International Computer Driving Licence) tõendab selle omaja praktilisi põhioskusi laiatarbe tarkvara kasutamisel. (AO tunnistuse omamine ei ole kutsekvalifikatsiooni taotlemisel kohustuslik.)

7 moodulit:

AO1 – Infotehnoloogia põhimõisted ja infoühiskond

AO2 – Arvuti kasutamine ja failihaldus

AO3 – Tekstitöötlus

AO4 – Tabelitöötlus

AO5 – Andmebaasid

AO6 – Esitlus

AO7 – Informatsioon ja kommunikatsioon

### **AO1 INFOTEHNOLOOGIA PÕHIMÕISTED JA INFOÜHISKOND**

1. Põhimõisted
2. Riistvara
3. Mälu
4. Tarkvara
5. Arvutivõrgud
6. Arvutid igapäevaelus
7. Infotehnoloogia ja ühiskond
8. Turvalisus, õiguskaitse ja seadusandlus
9. Infotehnoloogia ja Eesti

### **AO2 ARVUTI KASUTAMINE JA FAILIHALDUS**

1. Elementaarioskused
2. Töölaud
3. Failihaldus
4. Failide lihtne redigeerimine
5. Prindihaldus

### **AO3 TEKSTITÖÖTLUS**

1. Alustamine
2. Põhioperatsioonid
3. Kujundamine (vormindamine)
4. Dokumendi viimistlemine
5. Printimine
6. Muud oskused

### **AO4 TABELITÖÖTLUS**

1. Elementaarioskused
2. Põhioperatsioonid

3. Valemid ja funktsioonid
4. Kujundamine (vormindamine)
5. Diagrammid ja objektid
6. Printimine

#### **AO5 ANDMEBAASID**

1. Alustamine
2. Andmebaasi loomine
3. Vormi kasutamine
4. Informatsiooni otsimine
5. Aruanded

#### **AO6 ESITLUS**

1. Elementaarskused
2. Põhitegevused
3. Vormindamine
4. Graafika ja diagrammid
5. Printimine ja levitamine
6. Slaidiseansi efektid
7. Slaidiseansi vaatamine

#### **AO7 INFORMATSIOON JA KOMMUNIKATSIOON**

1. Veebi kasutamise elementaarskused
2. Veebis navigeerimine
3. Otsing veebis
4. Järjehoidjad (bookmarks)
5. Elektronposti kasutamise elementaarskused
6. Kirjavahetus
7. Adresseerimine
8. Postkasti haldamine
9. Listid ja uudisgrupid