



UPPSCALE

Undergraduate Physiotherapy  
Pain Science Augmentation Project

# Reflectief Dagboek



## Reflectief Dagboek

Dit dagboek behoort toe aan .....

Dit reflectiedagboek zal je metgezel zijn. Het heeft als doel om je uit te nodigen om vast te leggen wat je ervaart en leert, en erop te reflecteren. Het dagboek is meer dan alleen een logboek van gebeurtenissen, maar gebruikt vragen om je te helpen gedachten die tijdens de lessen opkomen op te schrijven en deze te verbinden met je eigen leerdoelen. Het is belangrijk om te weten dat dit geen toets is, maar een nuttig hulpmiddel. Voel je uitgenodigd om het op een manier te gebruiken die je helpt te reflecteren. Je kunt vragen toevoegen, opmerkingen maken, tekeningen maken, enz.

Veel Plezier!

## Voorafgaand aan de lessen

Beschrijf in een paar zinnen wat je huidige rol is met betrekking tot het behandelen en/of onderwijzen van pijn.

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Wat betreft het behandelen en onderwijzen van (chronische) pijn: waar voel je je comfortabel bij/goed in?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Wat verwacht je van deze lessen? Schrijf enkele vragen op waarvan je hoopt dat ze beantwoord zullen worden

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

.....

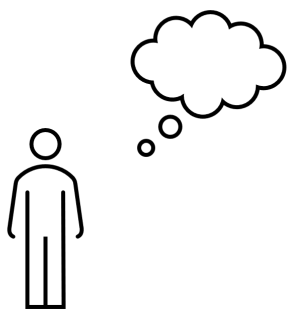
.....

# Module 1

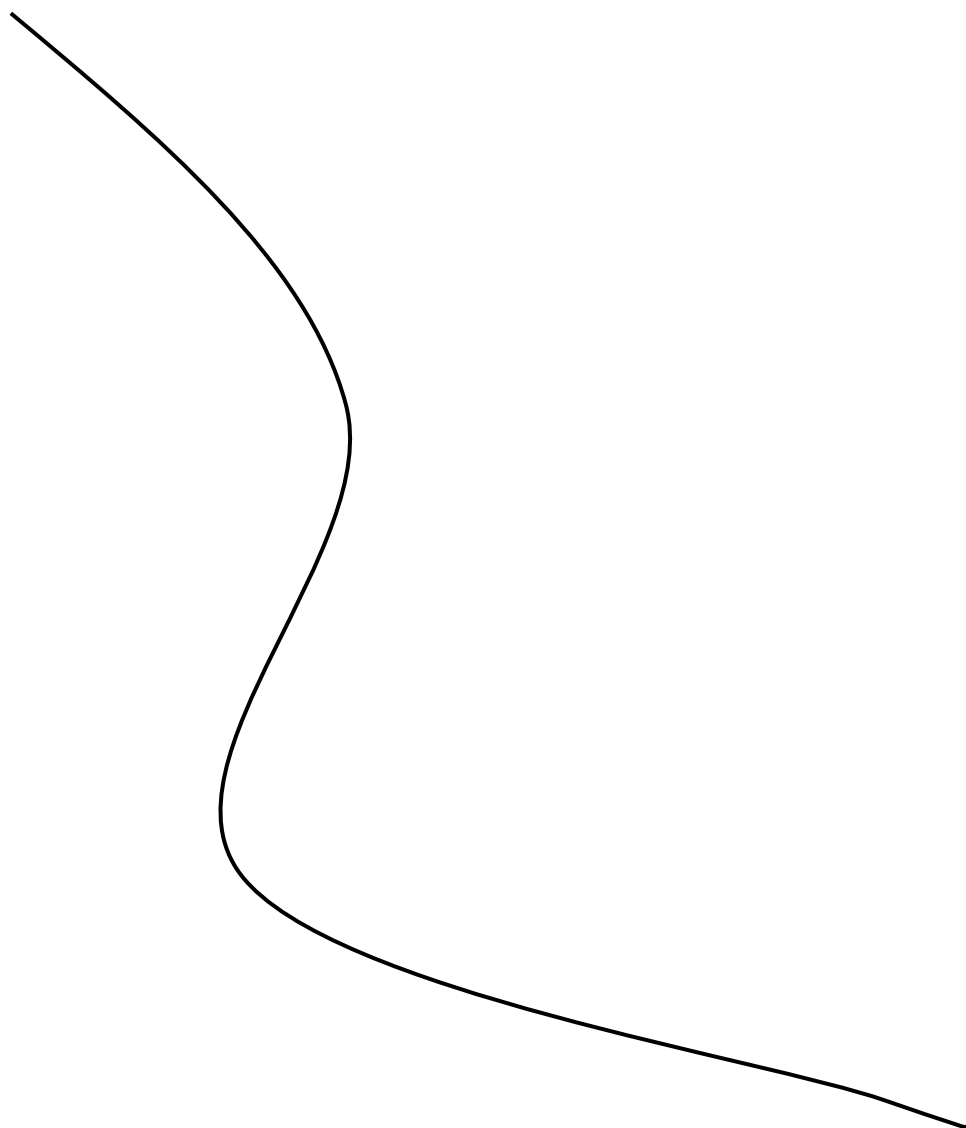
# Pain Science

**Module 1. Lezing 1. Pijn mechanismen en fenotypes**

**Dr. Keith Smart**



*Gebruik deze pagina om  
aantekeningen te maken  
tijdens de lezing /*



Einde

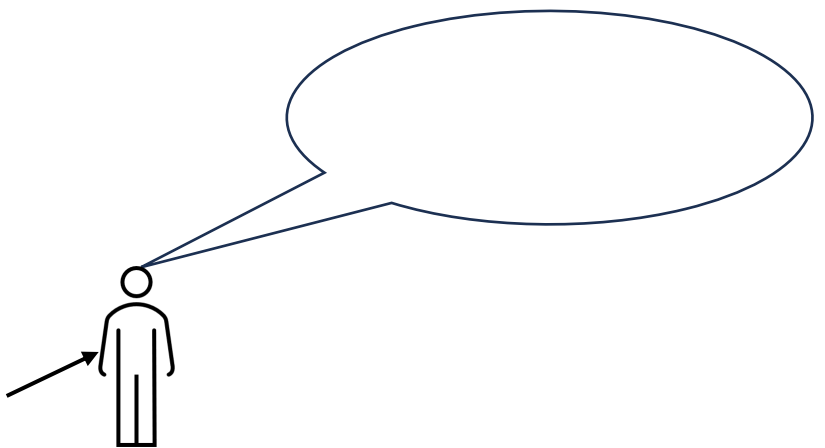
Wat waren je gevoelens over/tijdens deze lezing/ Workshop?

Wat heeft je echt aan het denken gezet?

Waar heb je van genoten?

Wat wil je niet vergeten?

Vat deze lezing samen in één woord





Module 1. Lezing 2. Pijn gedreven arthrogene spierinhibitie:  
mechanismen, deel 1

**Dr. Alan Kacin**



*Gebruik deze pagina om  
aantekeningen te maken  
tijdens de lezing /*

Einde

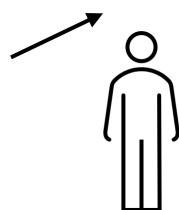
Wat waren je gevoelens over/tijdens deze lezing/ Workshop?

Wat heeft je echt aan het denken gezet?

Waar heb je van genoten?

Wat wil je niet vergeten?

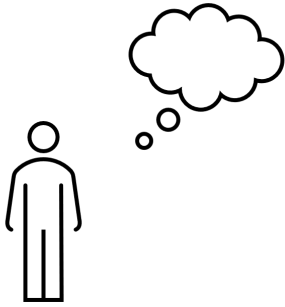
Vat de lezing samen in



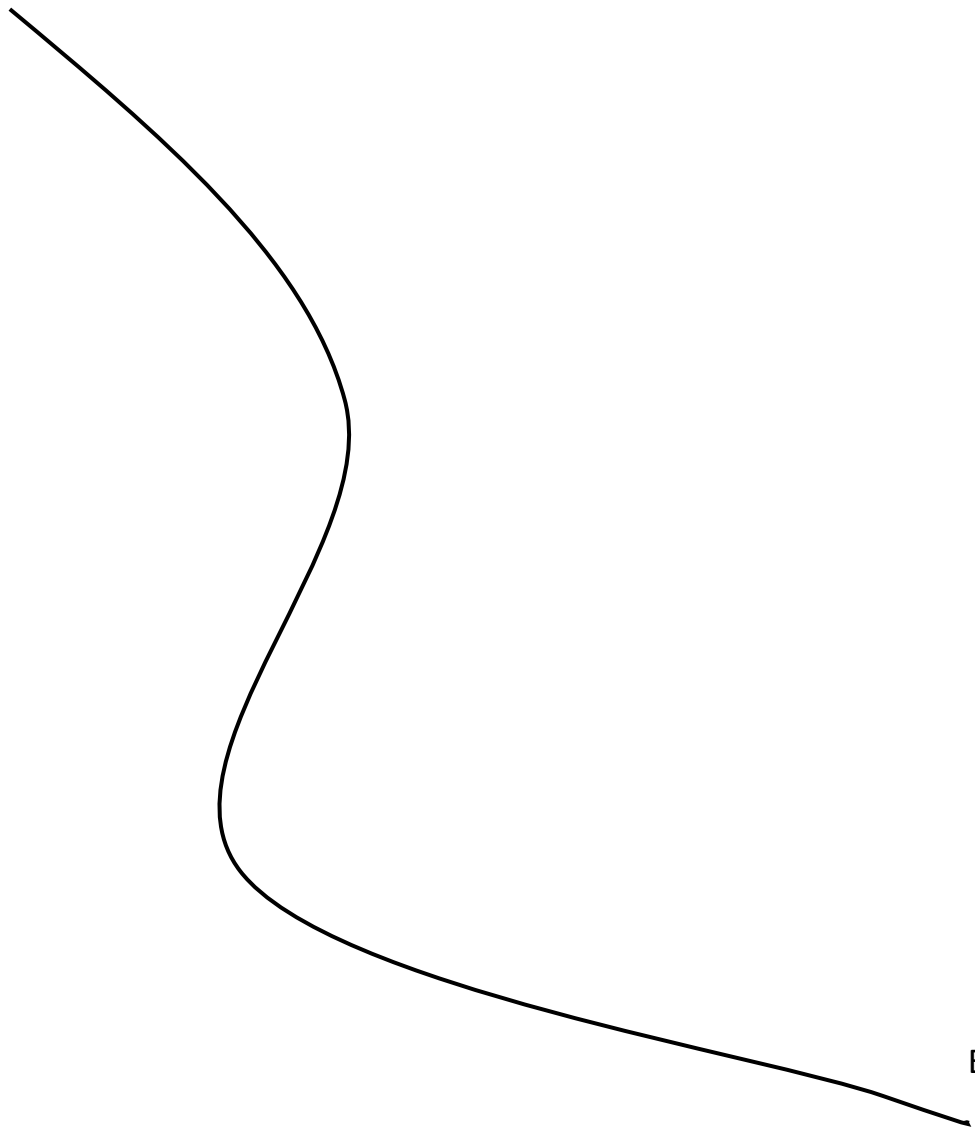
één woord.

## Module 1. Lezing 3. Pijn gedreven arthrogene spier inhibitie - mechanismen, deel 2

Dr. Alan Kacin



*Gebruik deze pagina om  
aantekeningen te maken  
tijdens de lezing /*



End

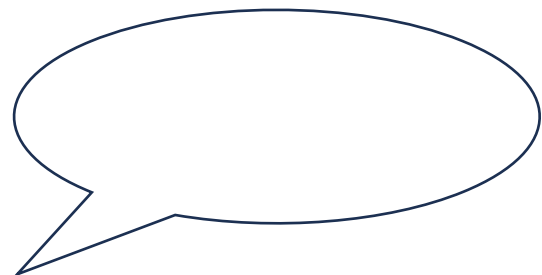
Wat waren je gevoelens over/tijdens deze lezing/ Workshop?

Wat heeft je echt aan het denken gezet?

Waar heb je van genoten?

Wat wil je niet vergeten?

Vat de lezing samen in één woord.

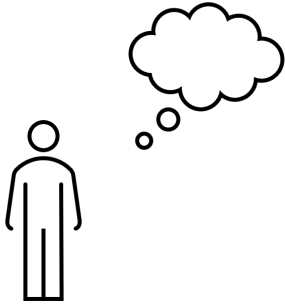


# **Module 2**

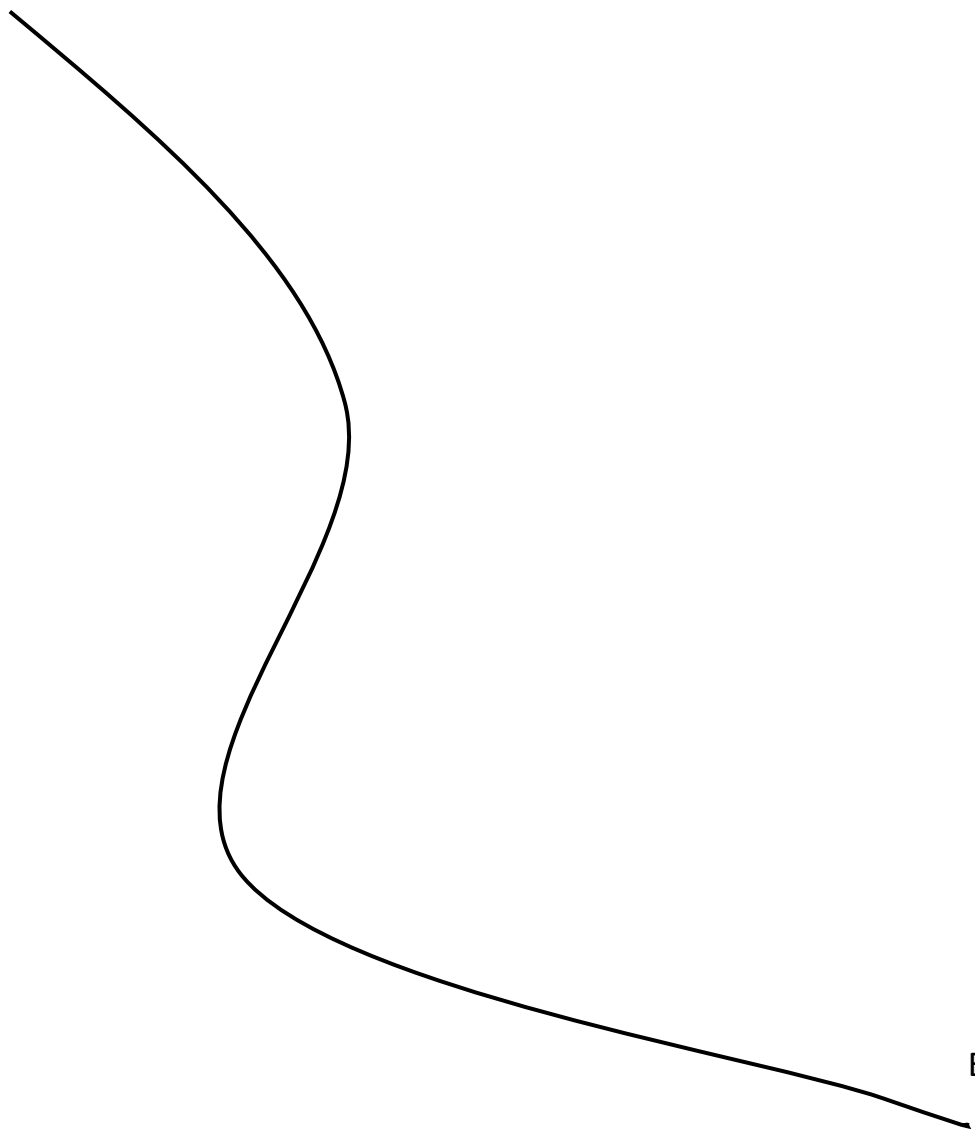
## **Evaluatie van Pijn**

## Module 2. Lezing 1. Veranderingen in het brein in (chronische) pijn

Sabrine Klerx MSc



*Gebruik deze pagina om  
aantekeningen te maken  
tijdens de lezing /*



Einde

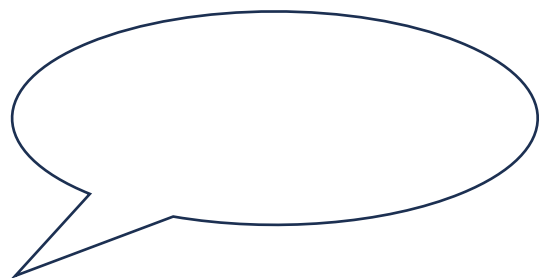
Wat waren je gevoelens over/tijdens deze lezing/ Workshop?

Wat heeft je echt aan het denken gezet?

Waar heb je van genoten?

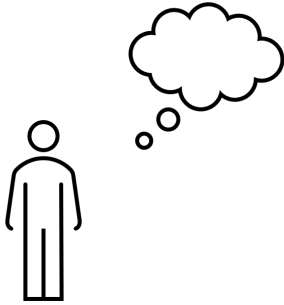
Wat wil je niet vergeten?

Vat de lezing samen  
in één woord.

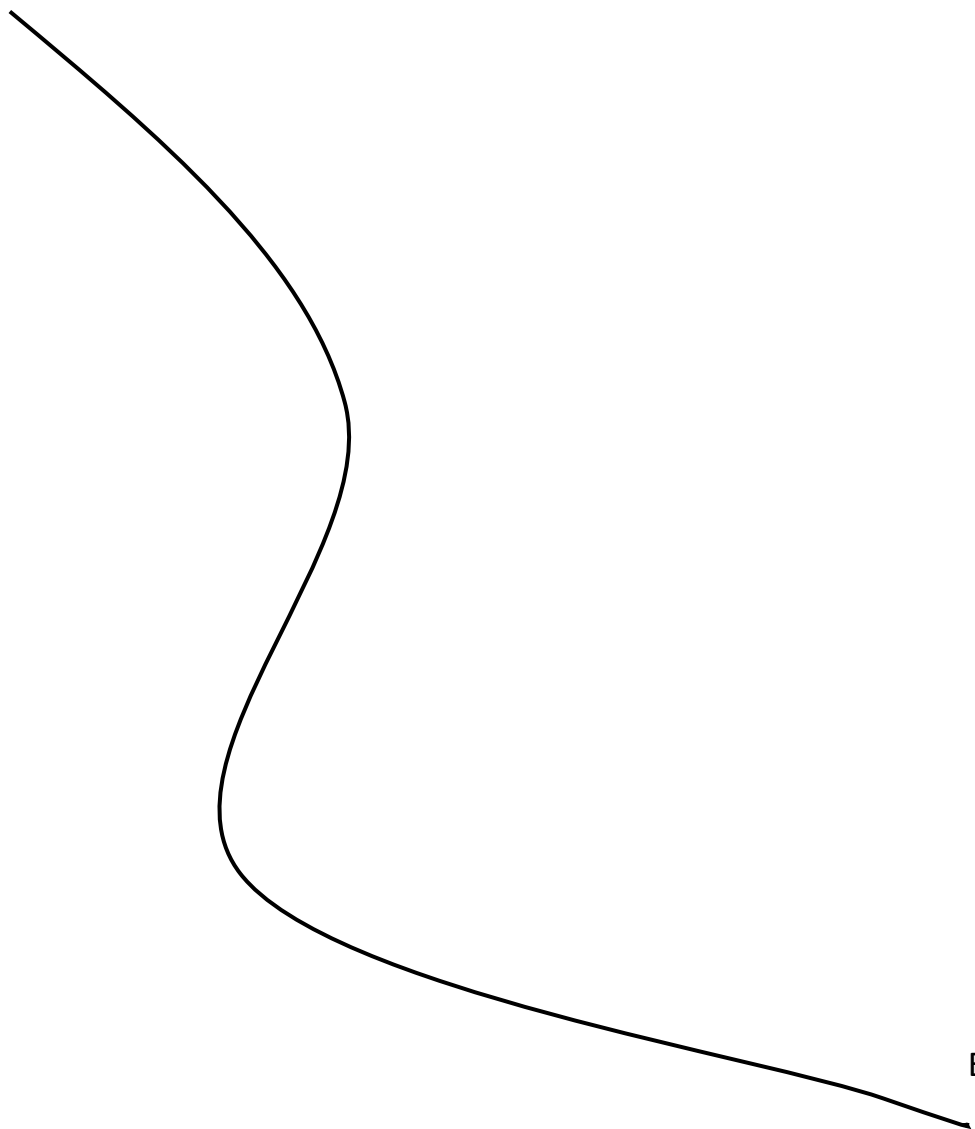


## Module 2. Lezing 2. De ICF als een klinisch redeneer model

Dr. Harriët Wittink



*Gebruik deze pagina om  
aantekeningen te maken  
tijdens de lezing /*



Einde



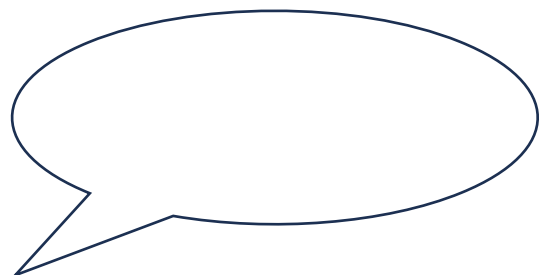
Wat waren je gevoelens over/tijdens deze lezing/ Workshop?

Wat heeft je echt aan het denken gezet?

Waar heb je van genoten?

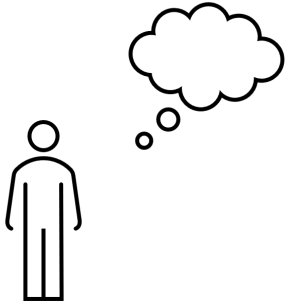
Wat wil je niet vergeten?

Vat de lezing samen  
in één woord.

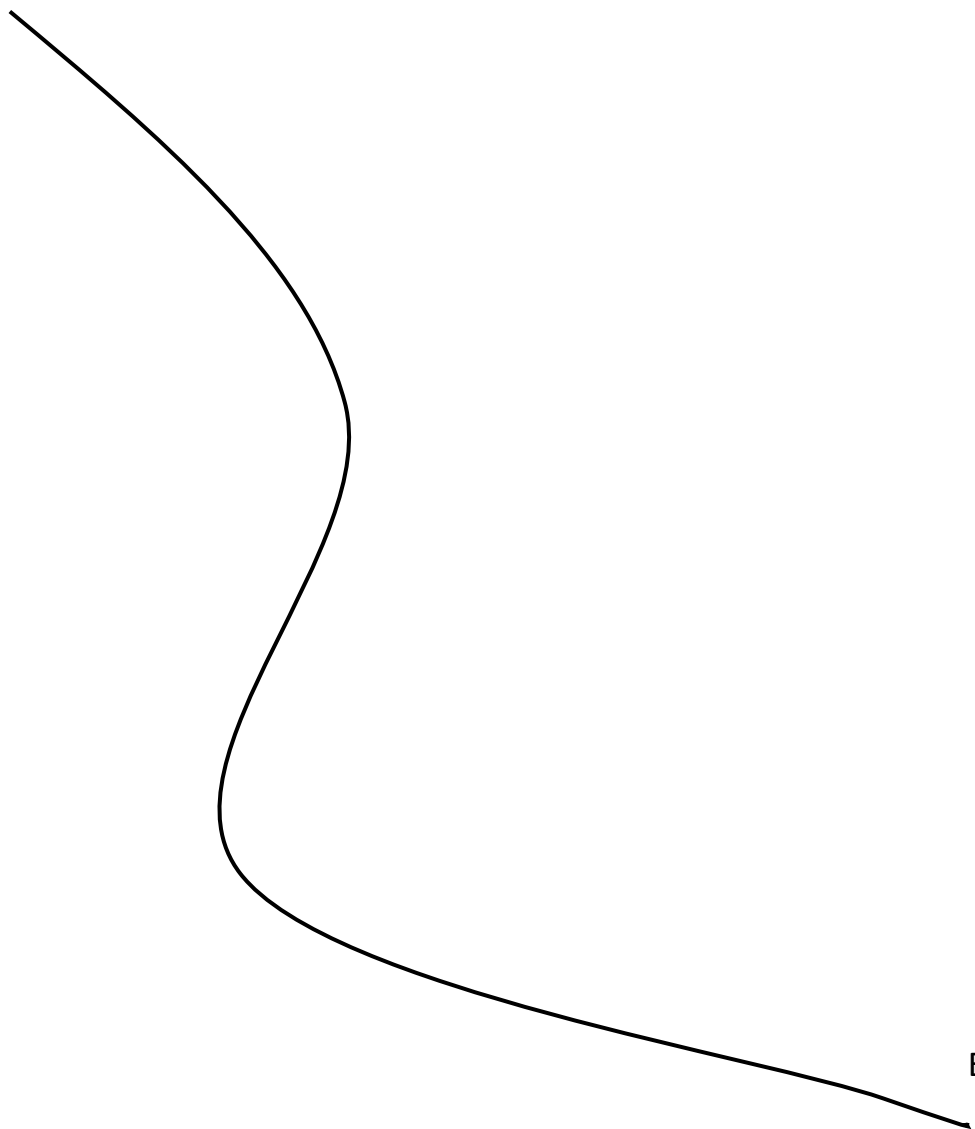


## Module 2. Lezing 3. Meten in de Fysiotherapie praktijk

Dr. Harriët Wittink



*Gebruik deze pagina om  
aantekeningen te maken  
tijdens de lezing /*



Einde

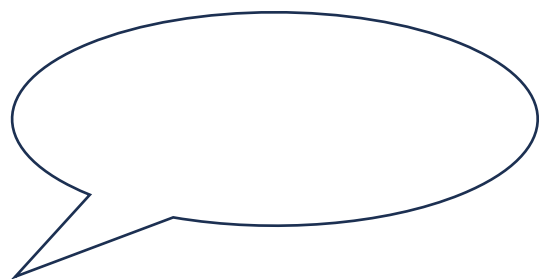
Wat waren je gevoelens over/tijdens deze lezing/ Workshop?

Wat heeft je echt aan het denken gezet?

Waar heb je van genoten?

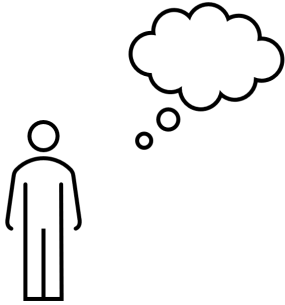
Wat wil je niet vergeten?

Vat de lezing samen  
In één woord  
in one word.

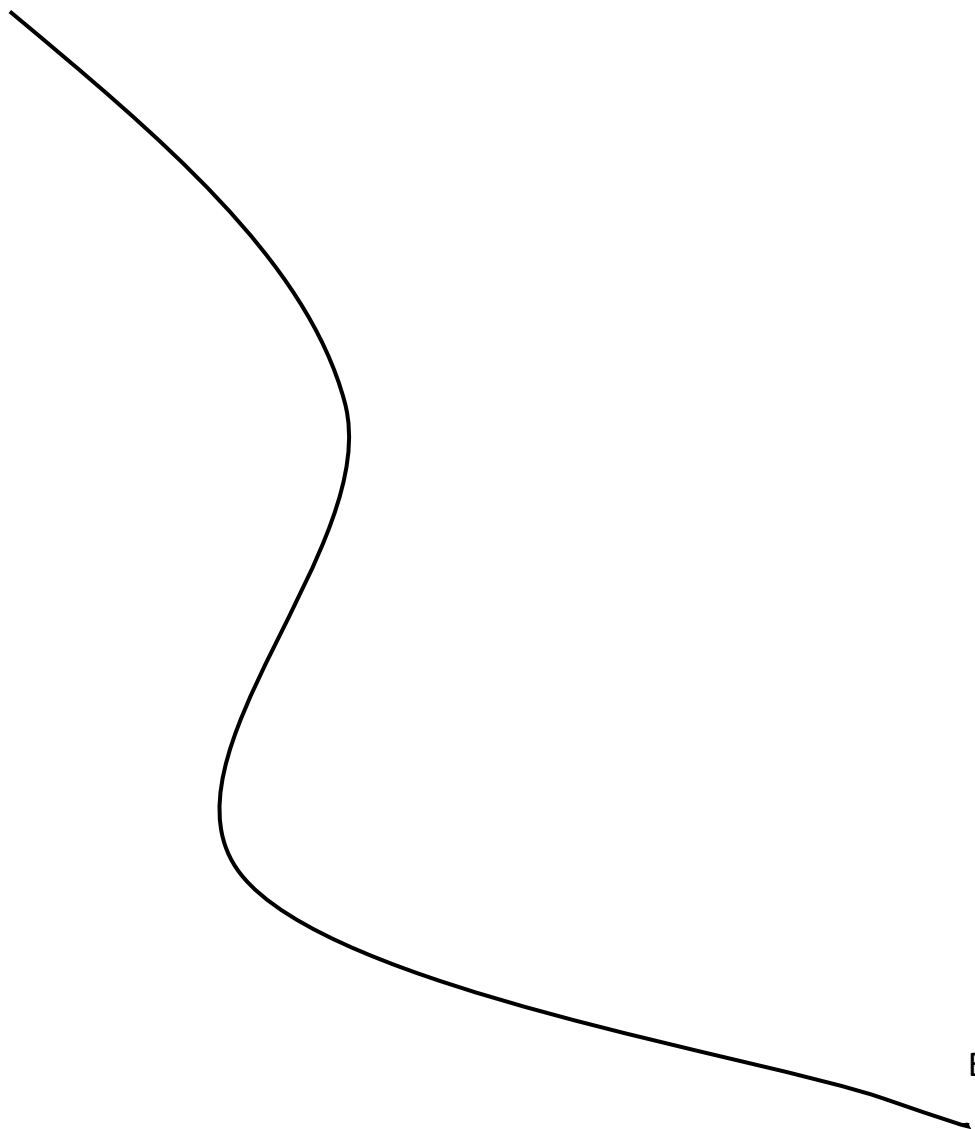


## Module 2. Lezing 4. Prognostisch redeneren

Selma May MSc



*Gebruik deze pagina om  
aantekeningen te maken  
tijdens de lezing /*



Einde

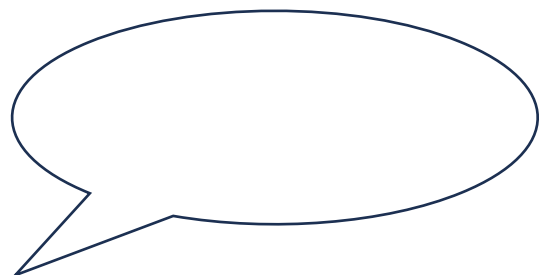
What did you feel during/about the lecture/workshop given?

What really made you think?

What did you enjoy?

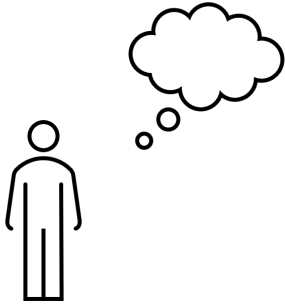
What don't you want to forget?

Summarize the lecture  
in one word.

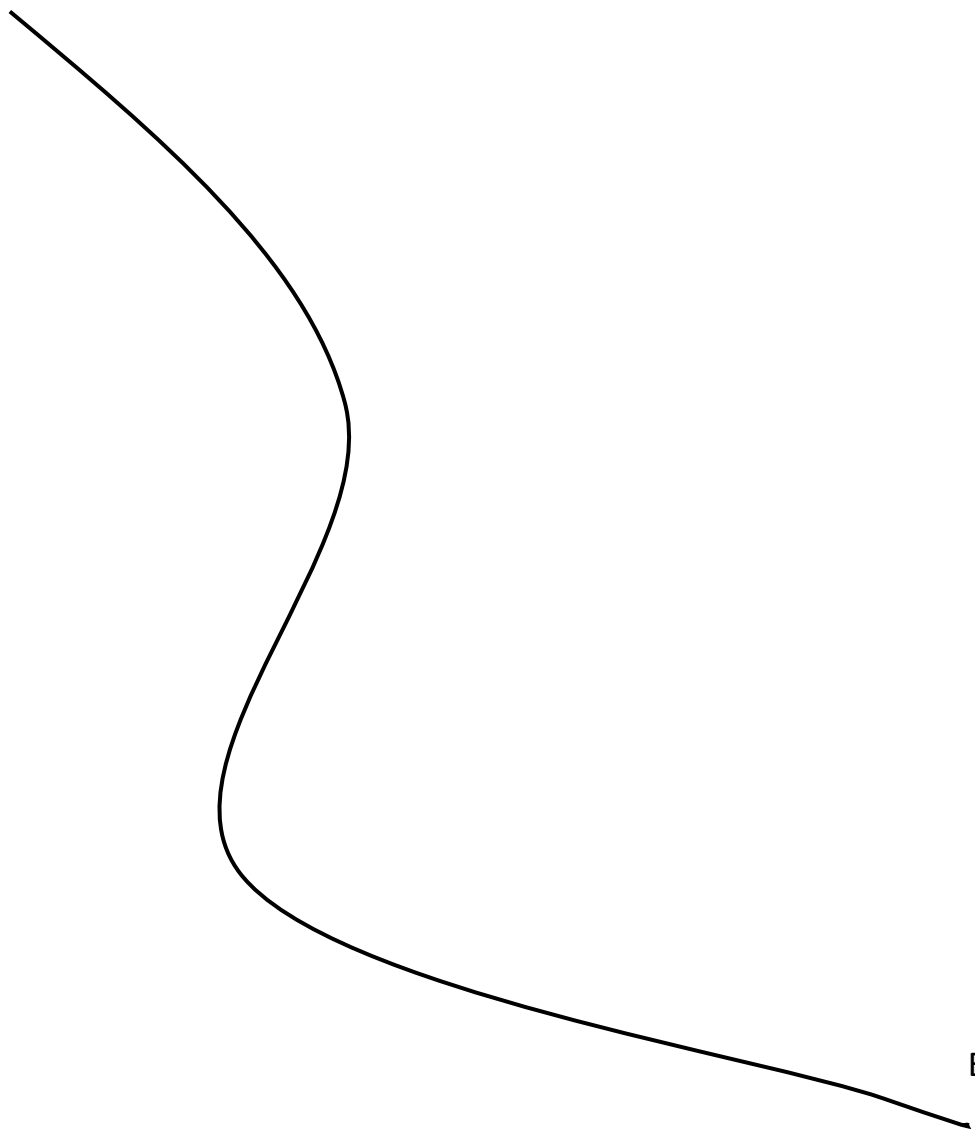


## Module 2. Lezing 5 (i). Introductie van Fenotypering

Dr. Harriët Wittink



*Gebruik deze pagina om  
aantekeningen te maken  
tijdens de lezing /*



Einde

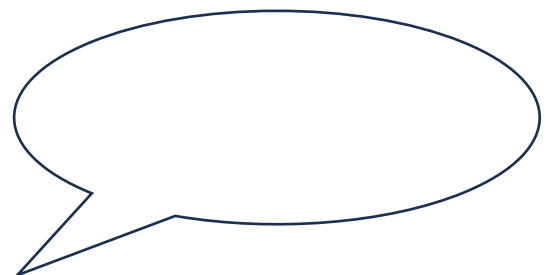
What did you feel during/about the lecture/workshop given?

What really made you think?

What did you enjoy?

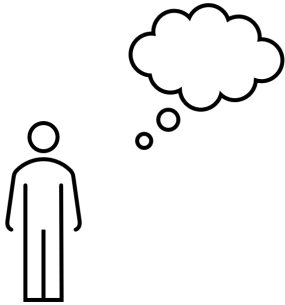
What don't you want to forget?

Summarize the lecture  
in one word.



**Module 2. Lezing 5 (ii). Het gebruik van peer-review om klinisch redeneren te ontwikkelen.**

**Selma May MSc**



*Gebruik deze pagina om aantekeningen te maken tijdens de lezing /*

Einde



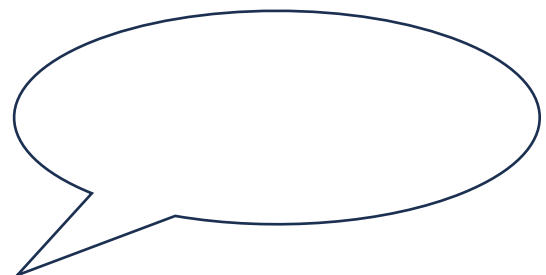
What did you feel during/about the lecture/workshop given?

What really made you think?

What did you enjoy?

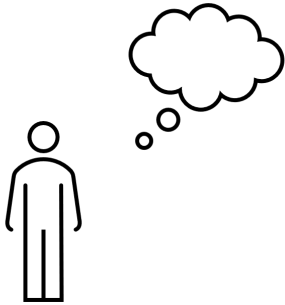
What don't you want to forget?

Summarize the lecture  
in one word.



## Module 2. Lezing 6. Ontwikkeling van casuïstiek en het gebruik van casusgericht leren

Han van Dijk MSc



*Gebruik deze pagina om aantekeningen te maken tijdens de lezing /*

Einde

Wat waren je gevoelens over/tijdens deze lezing/ Workshop?

Wat heeft je echt aan het denken gezet?

Waar heb je van genoten?

Wat wil je niet vergeten?

Vat de lezing samen in één woord.

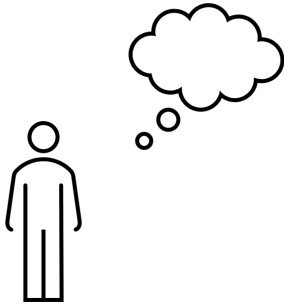


# **Module 3**

## **Pijn Management**

## Module 3. Lezing 1. Evidence based management van lage rug pijn, inclusief gestratificeerde zorg.

Dr. Brona Fullen



*Gebruik deze pagina om aantekeningen te maken tijdens de lezing /*

Einde

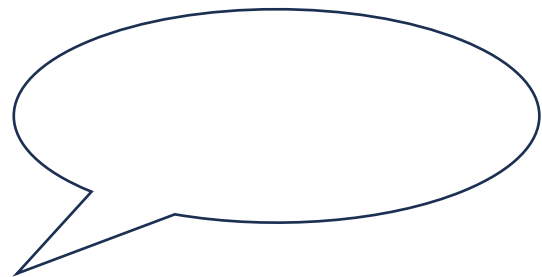
Wat waren je gevoelens over/tijdens deze lezing/ Workshop?

Wat heeft je echt aan het denken gezet?

Waar heb je van genoten?

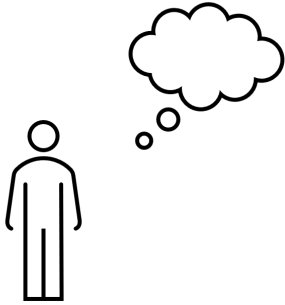
Wat wil je niet vergeten?

Vat de lezing samen  
in één woord.

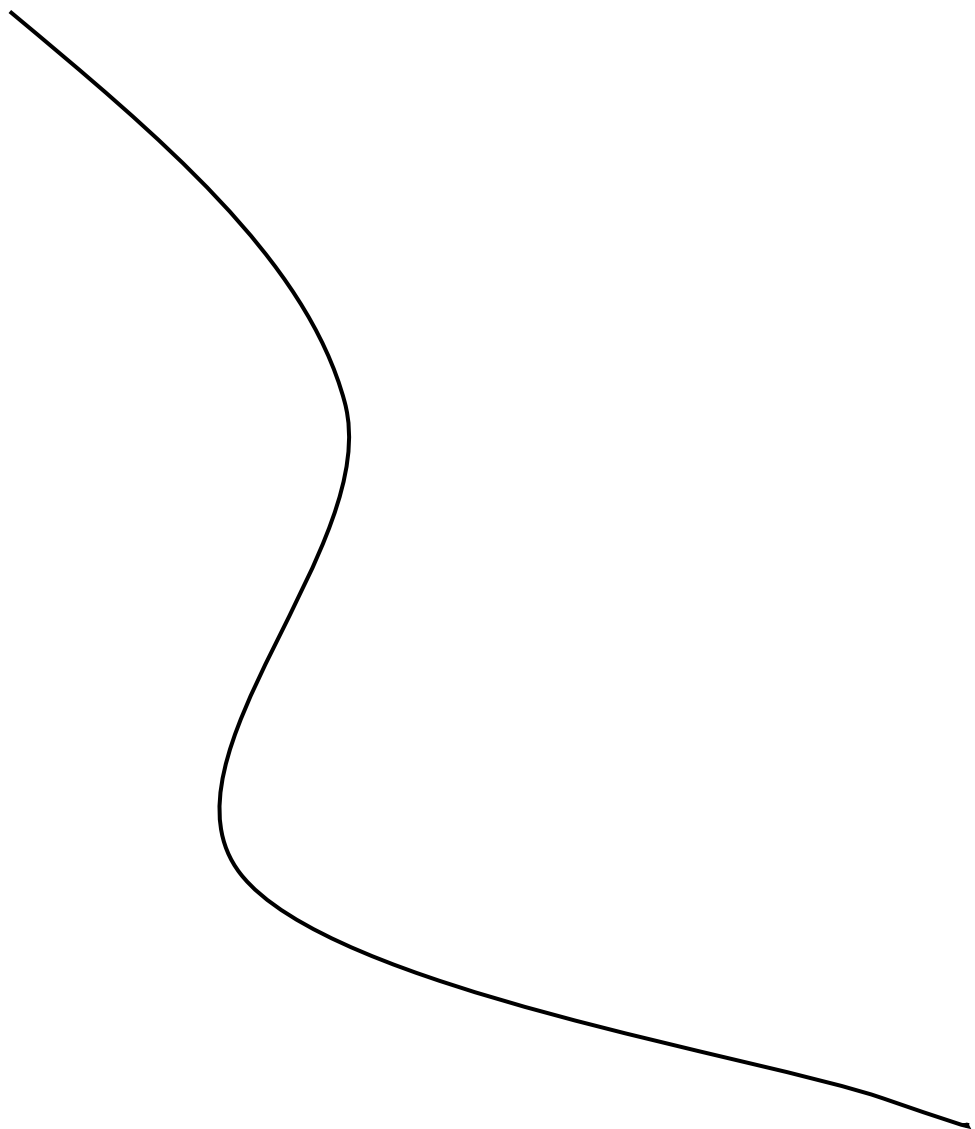


## Module 3. Lezing 2. Over het communiceren met pijn

Olivera Petrak MSc



*Gebruik deze pagina om  
aantekeningen te maken  
tijdens de lezing /*



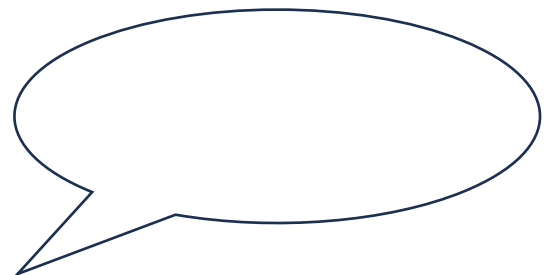
Wat waren je gevoelens over/tijdens deze lezing/ Workshop?

Wat heeft je echt aan het denken gezet?

Waar heb je van genoten?

Wat wil je niet vergeten?

Einde



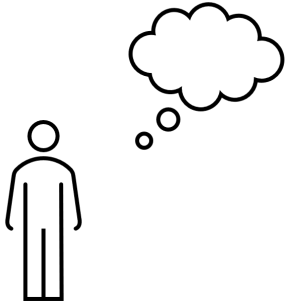
Vat de lezing samen  
in één woord.



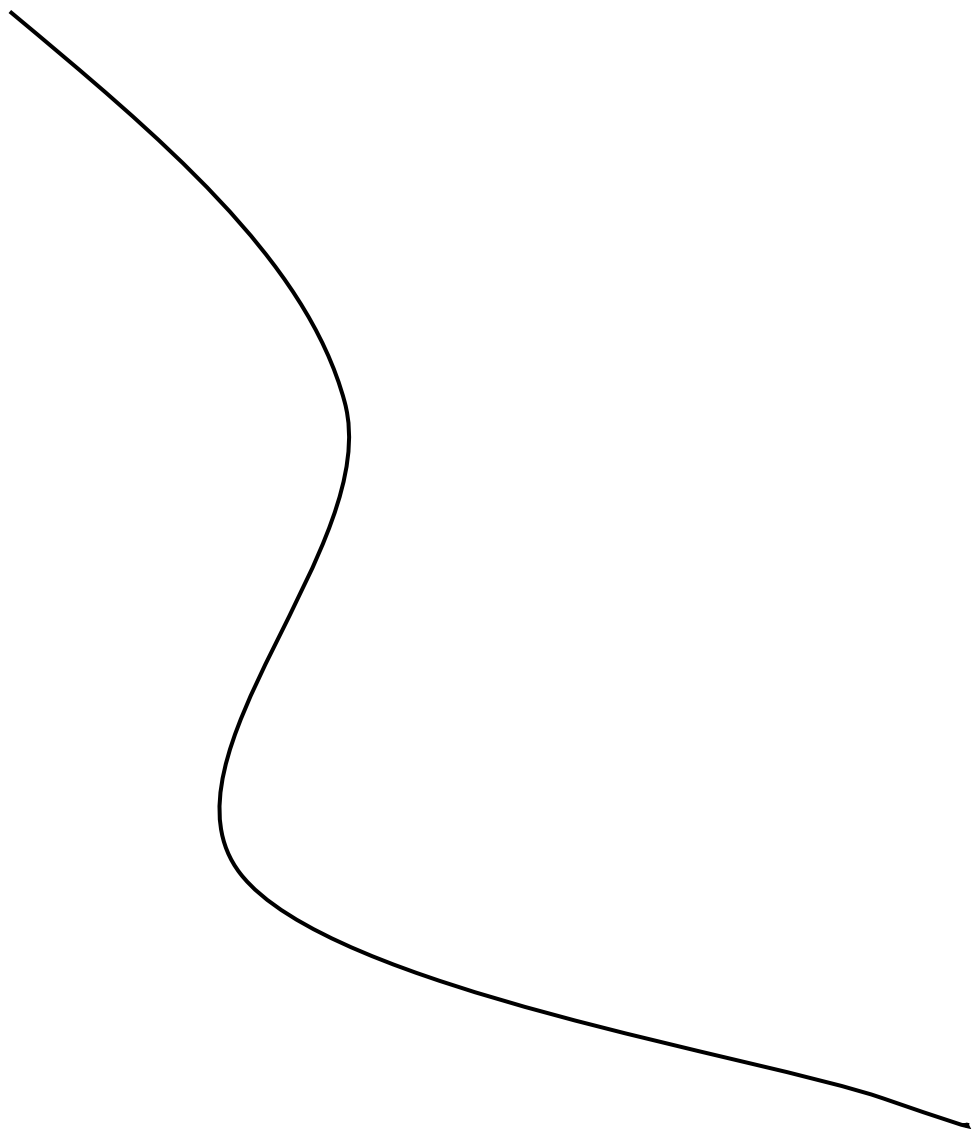


## Module 3. Lezing 3. Overzicht van pijn medicatie

Dr. Ligia Rusu



*Gebruik deze pagina om  
aantekeningen te maken  
tijdens de lezing /*



Wat waren je gevoelens over/tijdens deze lezing/ Workshop?

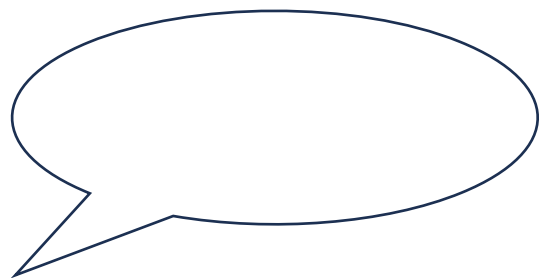
Wat heeft je echt aan het denken gezet?

Waar heb je van genoten?

Wat wil je niet vergeten?

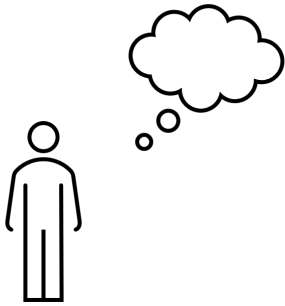
Einde

Vat de lezing samen  
in één woord.

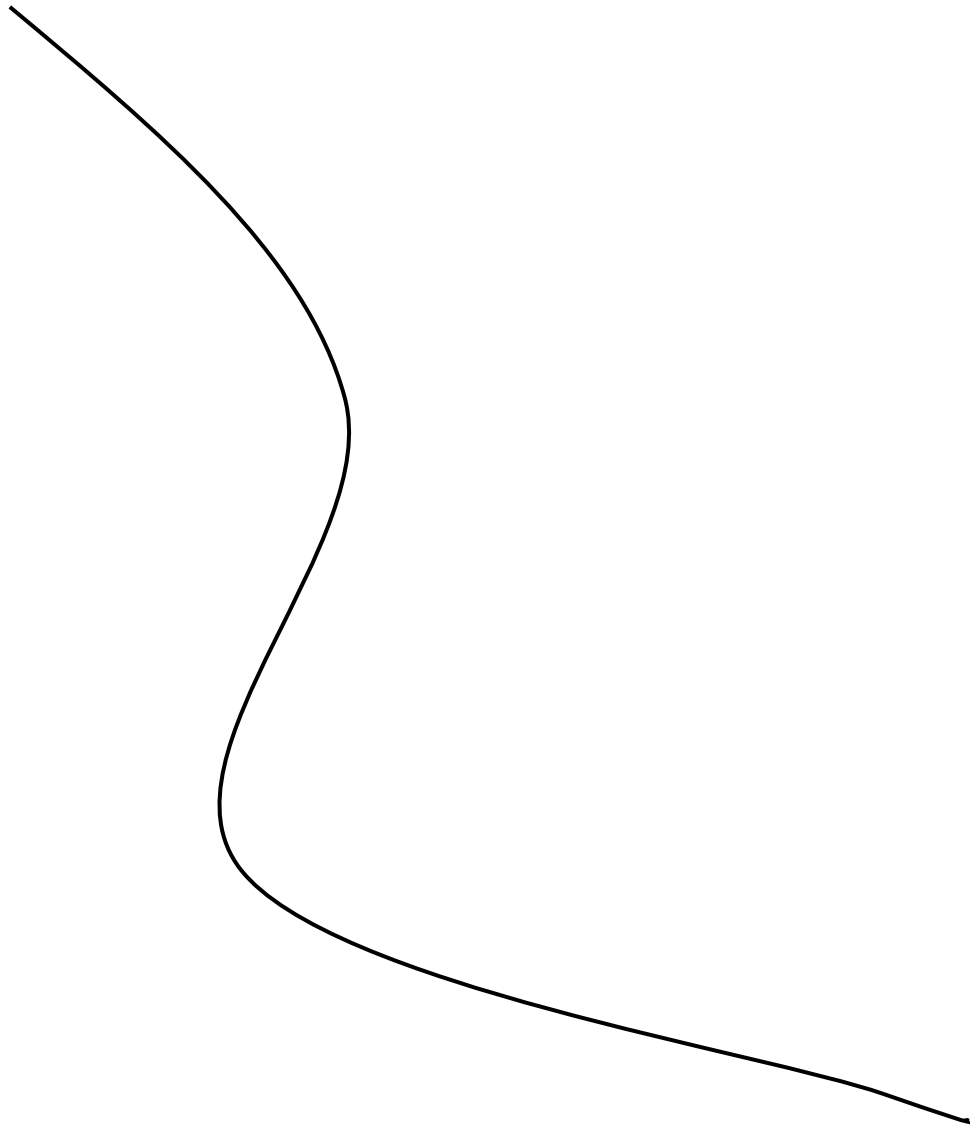


## Module 3. Lezing 4. Communiceren met pijn

Morana Radman, MSc



*Gebruik deze pagina om  
aantekeningen te maken  
tijdens de lezing /*



Wat waren je gevoelens over/tijdens deze lezing/ Workshop?

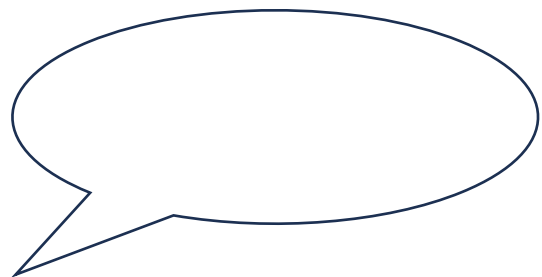
Wat heeft je echt aan het denken gezet?

Waar heb je van genoten?

Wat wil je niet vergeten?

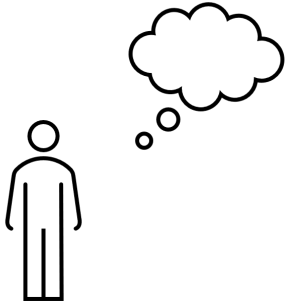
Einde

Vat de lezing samen  
in één woord.

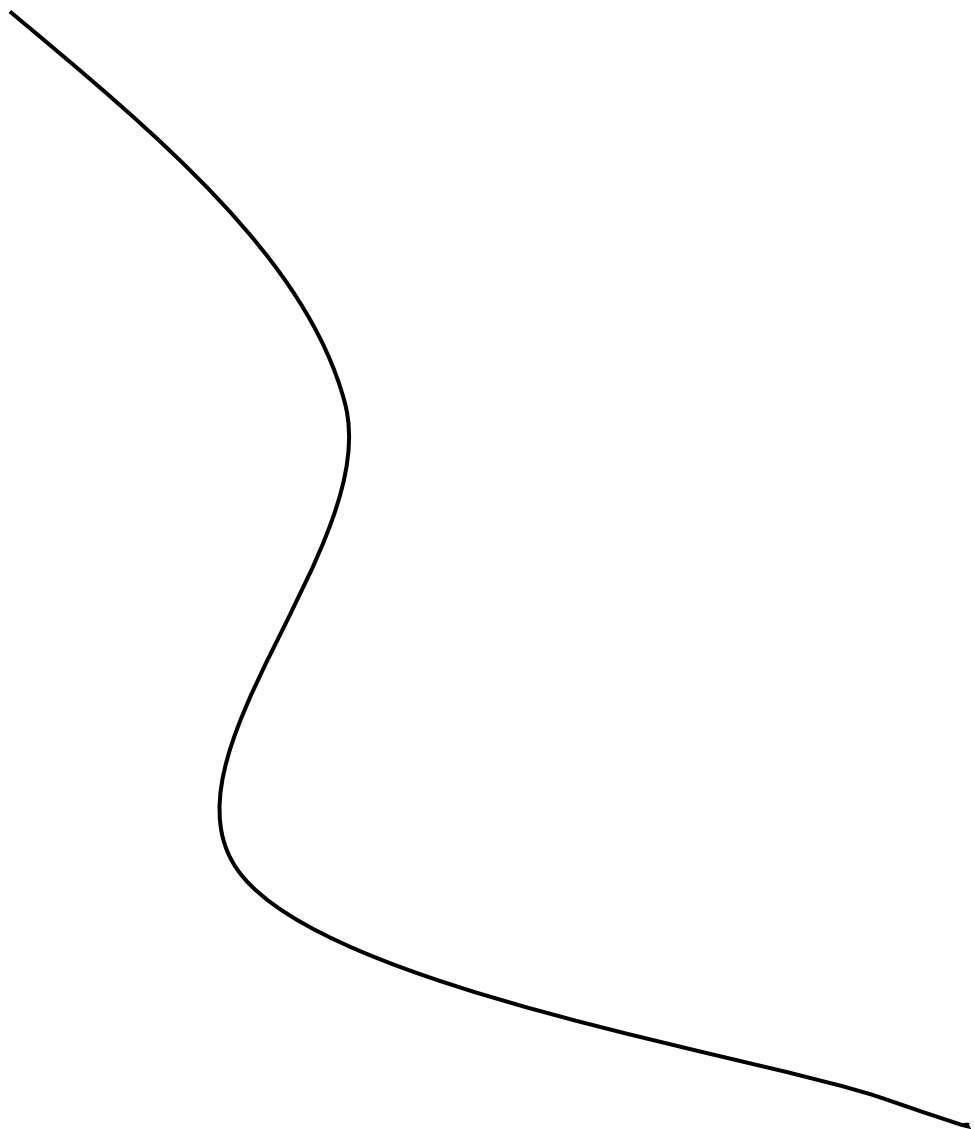


## Module 3. Lezing 5. Gezondheidsvaardigheden in Europa

Dr. Harriët Wittink



*Gebruik deze pagina  
om aantekeningen te  
maken tijdens de lezing /*



Wat waren je gevoelens over/tijdens deze lezing/ Workshop?

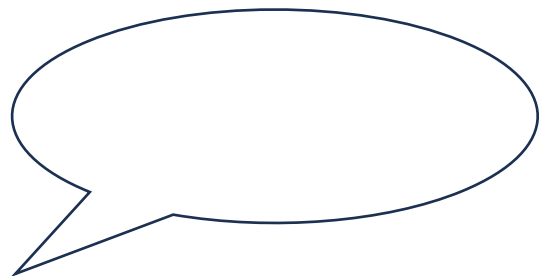
Wat heeft je echt aan het denken gezet?

Waar heb je van genoten?

Wat wil je niet vergeten?

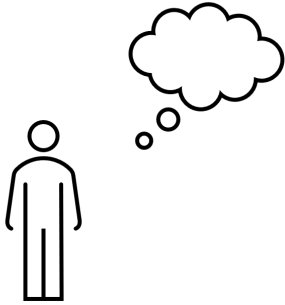
Einde

Vat de lezing samen  
in één woord.

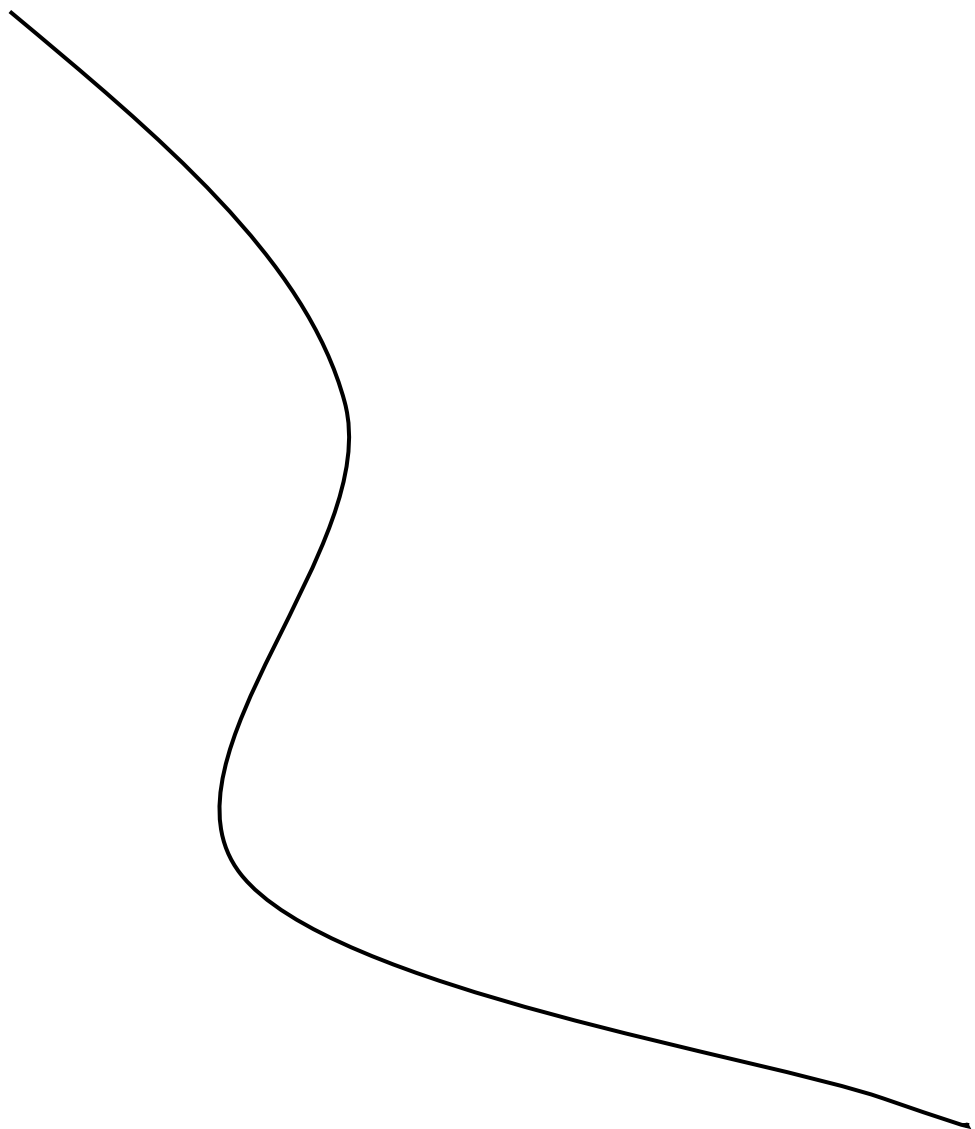


## Module 3. Lezing 6. Pijn and mentale gezondheid

Linda Slootweg MSc



*Gebruik deze pagina om  
aantekeningen te maken  
tijdens de lezing /*



Wat waren je gevoelens over/tijdens deze lezing/ Workshop?

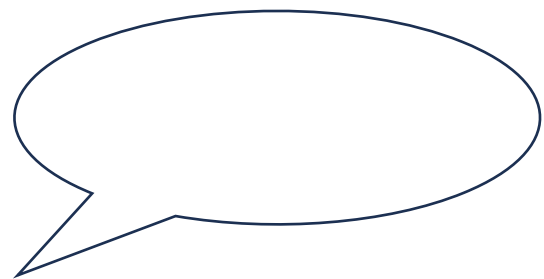
Wat heeft je echt aan het denken gezet?

Waar heb je van genoten?

Wat wil je niet vergeten?

Einde

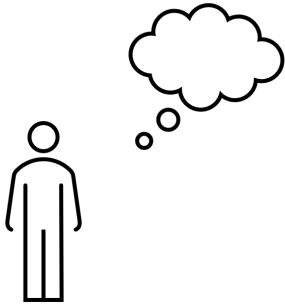
Vat de lezing samen  
in één woord.



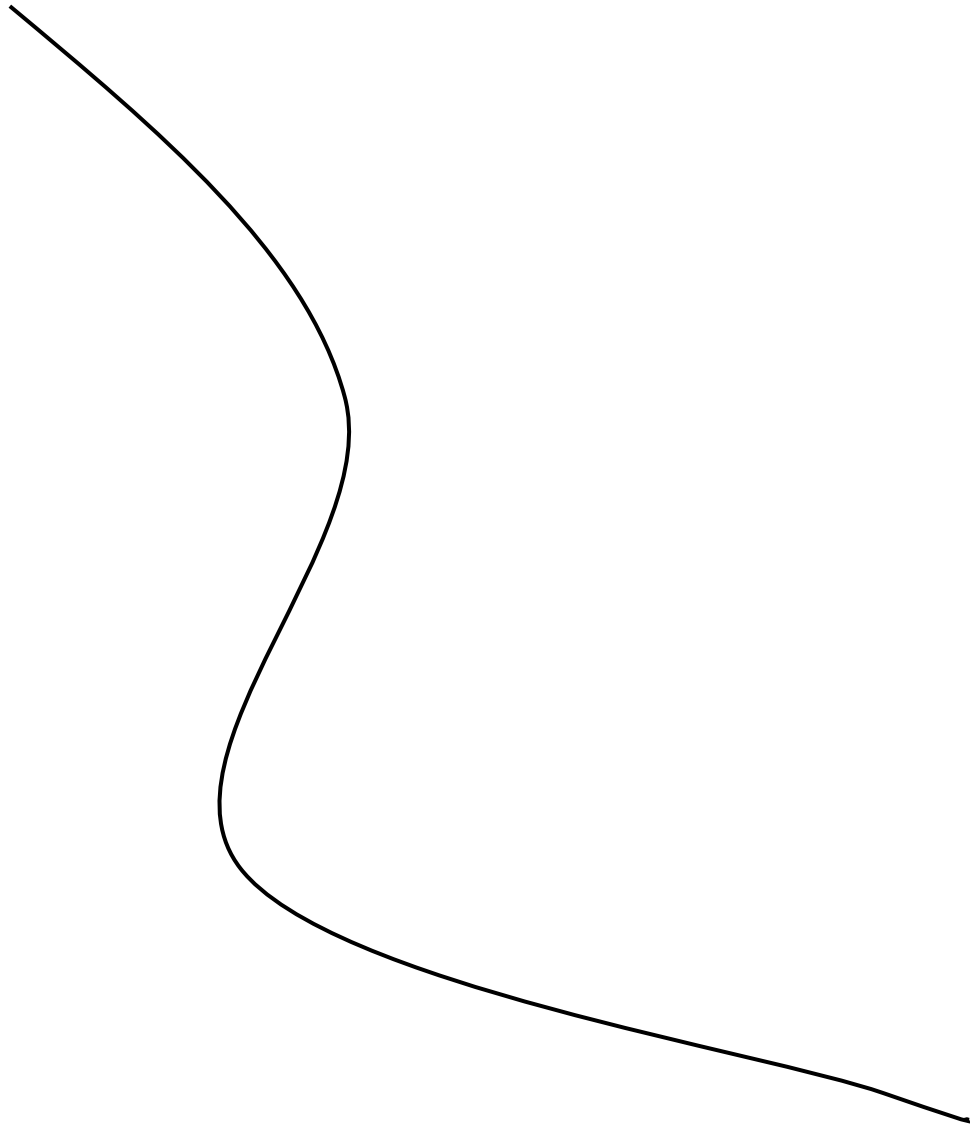


## Module 3. Lecture 7. Fysiotherapeutische pijn management in patienten met chronische pijn.

Dr. Harriët Wittink



*Gebruik deze pagina om  
aantekeningen te maken  
tijdens de lezing /*



Wat waren je gevoelens over/tijdens deze lezing/ Workshop?

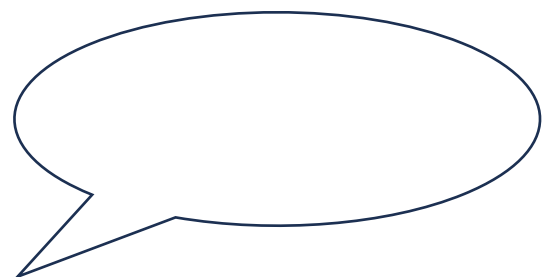
Wat heeft je echt aan het denken gezet?

Waar heb je van genoten?

Wat wil je niet vergeten?

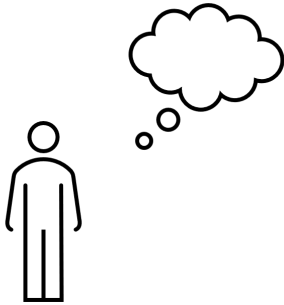
Einde

Vat de lezing samen  
in één woord.



## Module 3. Lezing 8. Uitdagingen in verband met de patiënt met chronische pijn.

Nika Bolle, BSc



*Gebruik deze pagina om aantekeningen te maken tijdens de lezing /*

Wat waren je gevoelens over/tijdens deze lezing/  
Workshop?

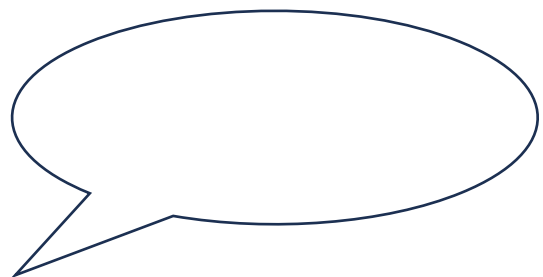
Wat heeft je echt aan het denken gezet?

Waar heb je van genoten?

Einde

Wat wil je niet vergeten?

Vat de lezing samen



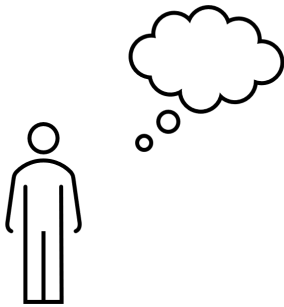
in één woord.

**Module 3. Lezing 9. Het  
exercise therapie**

**Dr. Caitriona Cunningham**



**voorschrijven van Graded**



*Gebruik deze pagina om  
aantekeningen te maken  
tijdens de lezing /*

Wat waren je gevoelens over/tijdens deze lezing/ Workshop?

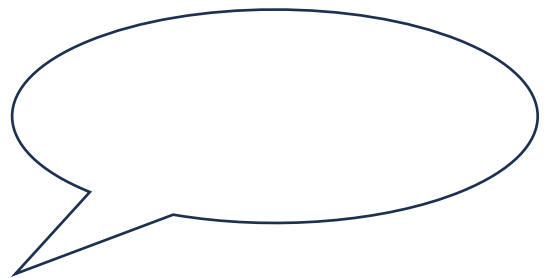
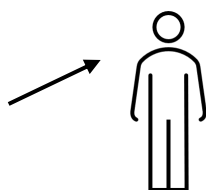
Wat heeft je echt aan het denken gezet?

Waar heb je van genoten?

Einde

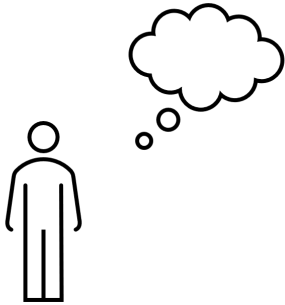
Wat wil je niet vergeten?

Vat de lezing samen  
in één woord.

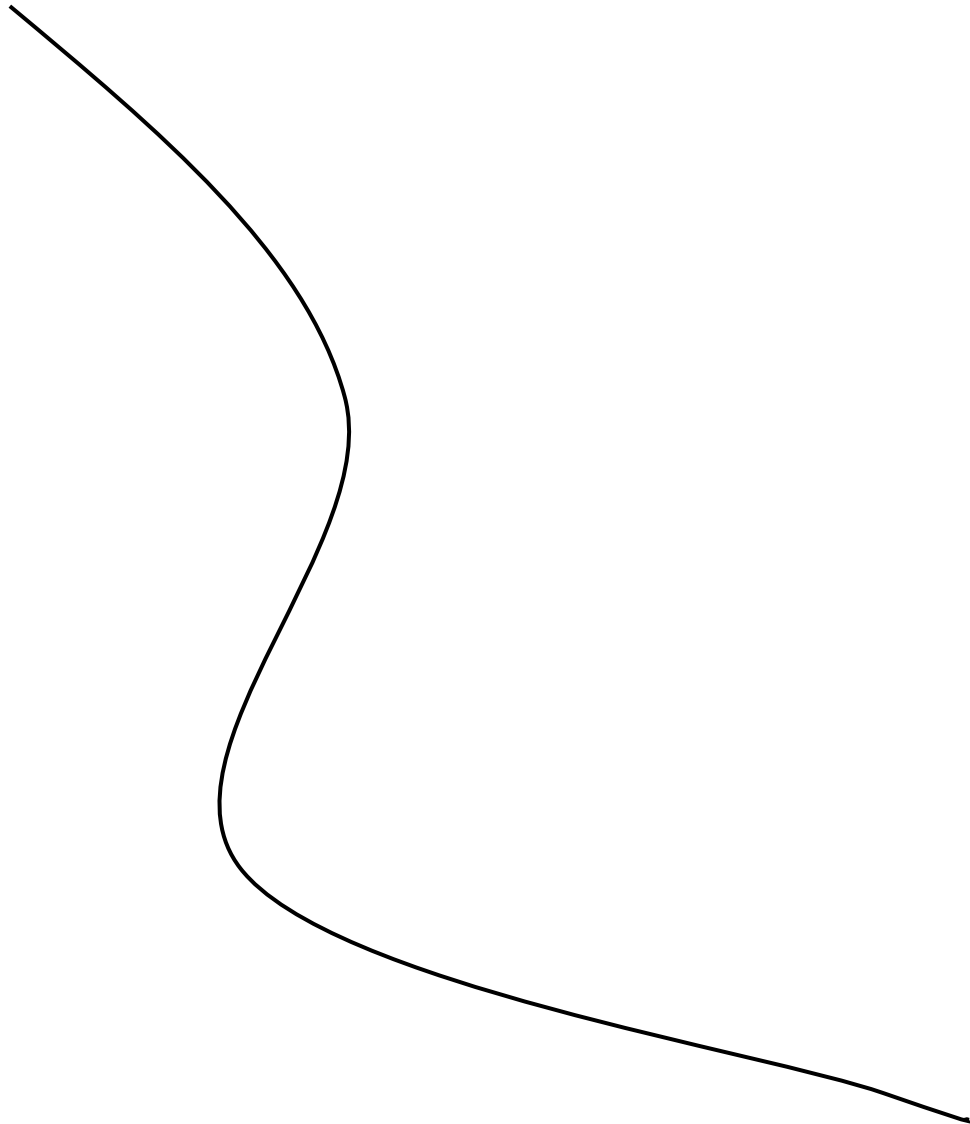


## Module 3. Lezing 10. Evidence-based elektrotherapie in de behandeling van pijn.

Dr. Mihaela Zavaleanu



*Gebruik deze pagina om  
aantekeningen te maken  
tijdens de lezing /*



Wat waren je gevoelens over/tijdens deze lezing/ Workshop?

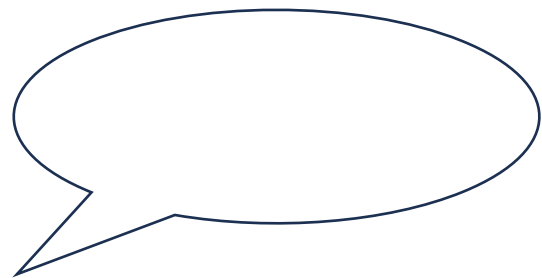
Wat heeft je echt aan het denken gezet?

Waar heb je van genoten?

Wat wil je niet vergeten?

Einde

Vat de lezing samen  
in één woord.





## Aan het einde van de lessen

Wat neem je mee van deze lessen?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Terugkijkend op de vragen die je voorafgaande de lessen beantwoord hebt: zou je ze nu anders beantwoorden? Is er aan jouw verwachtingen voldaan?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Is er iets wat je gaat veranderen ( toevoegen, uitbreiden, verwijderen) in jouw dagelijkse praktijk gebaseerd op wat je hebt geleerd?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

Wat heb je nodig om die veranderingen in te voeren?

.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....  
.....

## Extra aantekeningen