



Centrum "Mentoris"  
Mateusz Prucnal



## Psychoterapia osób z doświadczeniem traumy

Numer usługi 2024/09/25/25838/2327269

📍 zdalna w czasie rzeczywistym

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 18 h

📅 08.11.2024 do 09.11.2024

3 042,00 PLN brutto

3 042,00 PLN netto

169,00 PLN brutto/h

169,00 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Zdrowie publiczne
<b>Sposób dofinansowania</b>	wsparcie dla pracodawców i ich pracowników
<b>Grupa docelowa usługi</b>	Szkolenie dedykowane jest dla psychoterapeutów, psychologów, studentów kierunków, psychologicznych, teoretyków pragnących rozpocząć praktykę, pedagogów, coachów, którzy chcą zapoznać się z tematyką terapii psychologicznej.
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	5
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	20
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	07-11-2024
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	zdalna w czasie rzeczywistym
<b>Liczba godzin usługi</b>	18
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

## Cel

### Cel edukacyjny

Celem szkolenia jest zapoznanie uczestnika z pracą w obszarze traumy. Omówiona zostanie pamięć sensoryczna i jej wpływ na zapisanie traumy w naszym ciele. Uczestnicy dowiedzą się jak traumatyczne wydarzenia wpływają na nasze granice i jak zbyt duże wydarzenie może doprowadzić do dysocjacji. Będą mieli możliwość nauki pracy ze wspomnieniami, regulowaniem i pomieszkaniem całego napięcia z tym związany.

## Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Uczestnik rozumie pojęcie traumy oraz potrafi opisać jej skutki fizyczne, psychologiczne i emocjonalne, w tym wpływ na funkcjonowanie jednostki.</p>	<p>Poprawne odpowiedzi na zadawane pytania</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik zna i rozumie, jak działa pamięć sensoryczna oraz wyjaśnia, w jaki sposób bodźce zmysłowe mogą wpływać na przypominanie traumatycznych doświadczeń.</p>	<p>Poprawne odpowiedzi na zadawane pytania</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik poznaje i rozumie techniki regulacji emocjonalnej oraz opisuje, jak stosować je w pracy z klientami w celu redukcji napięcia wynikającego z traumatycznych doświadczeń.</p>	<p>Poprawne odpowiedzi na zadawane pytania</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik zdobywa wiedzę na temat technik terapeutycznych pozwalających na pracę z trudnymi i bolesnymi wspomnieniami, a także rozumie, jak skutecznie je integrować w procesie leczenia.</p>	<p>Poprawne odpowiedzi na zadawane pytania</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik rozpoznaje i stosuje techniki zachowania własnych granic w relacjach terapeutycznych, chroniąc siebie przed przeciążeniem emocjonalnym.</p>	<p>Poprawne odpowiedzi na zadawane pytania</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik pomaga klientowi w rozpoznawaniu i wzmacnianiu jego osobistych granic w procesie terapeutycznym, wspierając jego poczucie bezpieczeństwa.</p>	<p>Poprawne odpowiedzi na zadawane pytania</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik stosuje metody terapeutyczne, które pozwalają na bezpieczne przetwarzanie i integrowanie trudnych wspomnień, w celu wspierania procesu uzdrawiania.</p>	<p>Poprawne odpowiedzi na zadawane pytania</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik analizuje zachowania klienta z uwzględnieniem jego doświadczeń traumatycznych i dostosowuje techniki terapeutyczne do specyficznych potrzeb klienta.</p>	<p>Poprawne odpowiedzi na zadawane pytania</p>	<p>Test teoretyczny</p>

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Uczestnik rozpoznaje momenty, w których aktywuje się Autonomiczny Układ Nerwowy (AUN) klienta, i wdraża techniki jego regulacji, aby wspierać stabilność emocjonalną klienta.</p>	<p>Poprawne odpowiedzi na zadawane pytania</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik kształtuje relacje terapeutyczne oparte na zaufaniu, zrozumieniu i bezpieczeństwie, wspierając proces leczenia traum.</p>	<p>Poprawne odpowiedzi na zadawane pytania</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik tworzy relacje oparte na bezwarunkowej akceptacji, co wspiera klienta w wyrażaniu i przetwarzaniu trudnych emocji i wspomnień.</p>	<p>Poprawne odpowiedzi na zadawane pytania</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik rozumie zachowania i reakcje klientów jako wynikające z przeżytej traumy, co wpływa na sposób prowadzenia interwencji terapeutycznych.</p>	<p>Poprawne odpowiedzi na zadawane pytania</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik rozwija postawę empatii i współczucia wobec klientów, wspierając ich proces uzdrawiania w oparciu o zrozumienie ich doświadczeń i emocji.</p>	<p>Poprawne odpowiedzi na zadawane pytania</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik rozwija umiejętność zachowania profesjonalnego dystansu, unikając nadmiernego sympatyzowania z klientem i utrzymując równowagę między empatią a własnym dobrostanem psychicznym.</p>	<p>Poprawne odpowiedzi na zadawane pytania</p>	<p>Test teoretyczny</p>

## Kwalifikacje

### Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

#### Warunki uznania kompetencji

**Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się?**

Dokument zawiera listę uzyskanych efektów uczenia się.

**Pytanie 2. Czy dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji?**

Stosowne potwierdzenie znajduje się na dokumencie.

Pytanie 3. Czy dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

Tak, będzie to wskazane w dokumencie (certyfikacie)

## Program

### Dzień 1

- 1 – Trauma
- 2 – Regulacja a pomieszczenie
- 3 – Wartość małych kroków
- 4 – Akceptacja w 8 krokach
- 5 – Samoregulacja

### Dzień 2

- 1 - Pamięć somatyczna
- 2 - Granice
- 3 - Dysocjacja
- 4 - Praca ze wspomnieniami
- 5 – Zaangażowanie społeczne
- 6 - TEST

## Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 19

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 19 Trauma	Joanna Gawrońska	08-11-2024	08:00	10:00	02:00
2 z 19 Przerwa	Joanna Gawrońska	08-11-2024	10:00	10:10	00:10
3 z 19 Regulacja a pomieszczenie	Joanna Gawrońska	08-11-2024	10:10	12:10	02:00
4 z 19 Przerwa	Joanna Gawrońska	08-11-2024	12:10	12:20	00:10
5 z 19 Wartość małych kroków	Joanna Gawrońska	08-11-2024	12:20	13:50	01:30

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
6 z 19 Przerwa	Joanna Gawrońska	08-11-2024	13:50	14:20	00:30
7 z 19 Akceptacja w 8 krokach	Joanna Gawrońska	08-11-2024	14:20	15:50	01:30
8 z 19 Przerwa	Joanna Gawrońska	08-11-2024	15:50	16:00	00:10
9 z 19 Samoregulacja	Joanna Gawrońska	08-11-2024	16:00	17:00	01:00
10 z 19 Pamięć somatyczna	Joanna Gawrońska	09-11-2024	08:00	10:00	02:00
11 z 19 Przerwa	Joanna Gawrońska	09-11-2024	10:00	10:10	00:10
12 z 19 Granice	Joanna Gawrońska	09-11-2024	10:10	12:10	02:00
13 z 19 Przerwa	Joanna Gawrońska	09-11-2024	12:10	12:20	00:10
14 z 19 Dysocjacja	Joanna Gawrońska	09-11-2024	12:20	13:50	01:30
15 z 19 Przerwa	Joanna Gawrońska	09-11-2024	13:50	14:20	00:30
16 z 19 Praca ze wspomnieniami	Joanna Gawrońska	09-11-2024	14:20	15:50	01:30
17 z 19 Przerwa	Joanna Gawrońska	09-11-2024	15:50	16:00	00:10
18 z 19 Zaangażowanie społeczne	Joanna Gawrońska	09-11-2024	16:00	16:30	00:30
19 z 19 Test	-	09-11-2024	16:30	17:00	00:30

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena

<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto</b>	3 042,00 PLN
<b>Koszt przypadający na 1 uczestnika netto</b>	3 042,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny brutto</b>	169,00 PLN
<b>Koszt osobogodziny netto</b>	169,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Joanna Gawrońska

Pracuję jako terapeuta w nurcie Terapii Akceptacji i Zaangażowania ACT, terapeuta uzależnień oraz coach ACC. Zdołałam akredytację ICF na poziomie ACC. Pracuję również w charakterze wykładowcy na poznańskim Uniwersytecie SWPS, gdzie wykładam ACT. Należę do zarządu stowarzyszenia Association for Contextual Behavioral Science Polska, gdzie aktywnie promuję wiedzę na temat nauk kontekstualnych. Jako trener prowadzę warsztaty zarówno z terapii ACT, coachingu ACC jak i szkolenia dla biznesu (umiejętności miękkie, menedżerskie, z efektywności) Organizuję warsztaty z rozwoju osobistego bazujące na terapii ACT, głównie z samoakceptacji i dystansu do siebie.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Materiały dydaktyczne zostaną przekazane uczestnikowi szkolenia w formie elektronicznej. Materiały zostaną przesłane e-mailem na podany adres skrzynki elektronicznej uczestnika szkolenia.

Dostęp do materiałów - prezentacji ze szkolenia, dysku z ćwiczeniami, filmikami itp.

Informacje dodatkowe

- Szkolenie prowadzone jest na platformie clickmeeting.
- W przypadku uczestniczenia w usłudze osoby z niepełnosprawnością usługa zostanie dostosowana do jej potrzeb.
- 1 godziny usługi rozwojowej = 60 minut.
- Uczestnictwo w szkoleniu, będzie weryfikowane na podstawie raportu z logowań wygenerowanego z systemu. Konieczne jest uzyskanie przez uczestnika minimum 80% frekwencji.
- Usługa prowadzona będzie za pomocą następujących metod interaktywnych i aktywizujących:

1. Prezentacja
2. Za i przeciw
3. Burza mózgów
4. Dyskusja

### Warunki uczestnictwa

W przypadku szkoleń dofinansowanych warunkiem uczestnictwa jest stworzenie przez uczestnika szkolenia konta w Bazie Usług Rozwojowych oraz wywiązanie się z warunków, które są przedstawione przez konkretnego Operatora, do którego przekazywane są dokumenty o dofinansowanie do danej usługi rozwojowej.

Przedsiębiorca jest zobowiązany do założenia konta uczestnika instytucjonalnego w BUR. Pracownik przewidziany do udziału w Projekcie jest zobowiązany do założenia konta uczestnika indywidualnego w BUR, na stronie [www.uslugirozwojowe.parp.gov.pl](http://www.uslugirozwojowe.parp.gov.pl) oraz przypisania się do profilu instytucjonalnego przedsiębiorcy. Przedsiębiorcy powinni spełniać warunki przedstawione przez danego Operatora, do którego zostały złożone dokumenty o dofinansowanie do usługi rozwojowej.

## Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Dostęp do materiałów - prezentacji ze szkolenia, dysku z ćwiczeniami, filmikami itp.

Informacje dodatkowe

- Szkolenie prowadzone jest na platformie clickmeeting.
- W przypadku uczestniczenia w usłudze osoby z niepełnosprawnością usługa zostanie dostosowana do jej potrzeb.
- 1 godziny usługi rozwojowej = 60 minut.
- Uczestnictwo w szkoleniu, będzie weryfikowane na podstawie raportu z logowań wygenerowanego z systemu. Konieczne jest uzyskanie przez uczestnika minimum 80% frekwencji.
- Usługa prowadzona będzie za pomocą następujących metod interaktywnych i aktywizujących:

1. Prezentacja
2. Za i przeciw
3. Burza mózgów
4. Dyskusja

## Warunki techniczne

### Wymaganie sprzętowe:

komputer wyposażony w kamerę i głośnik z aktualnym systemem operacyjnym (Windows, macOS lub Linux) i co najmniej 2 GB pamięci RAM

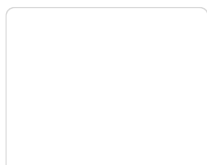
### Parametry łącza sieciowego:

szybkość pobierania i wysyłania co najmniej 5Mb/s.

### Minimalne parametry potrzebne do obsługi komunikatora dla:

a) Systemu Windows 10 w wersji 1507 lub nowszej Systemu Windows 8 Systemu Windows 7 Systemu Windows 32 (obsługiwane są wersje 64- i 64-bitowe) 1. Procesor Co najmniej 1 GHz 2. Pamięć RAM Co najmniej 512 MB 3. Dodatkowe oprogramowanie DirectX w wersji 9.0 lub nowszej b) komputery Mac Program Skype na komputer Mac wymaga systemu Mac OS X 10.10 lub nowszego 1. Procesor co najmniej Intel 1 GHz (Core 2 Duo) 2. Pamięć RAM Co najmniej 1 GB 3. Dodatkowe oprogramowanie Najnowsza wersja programu QuickTime Łącze internetowe: min download: 768 Mb/s, min upload: 384 Mb/s (APMG Int. zaleca korzystanie z łącza stałego) Niezbędne oprogramowanie umożliwiające Uczestnikom dostęp do prezentowanych treści i materiałów (czytnik plików pdf oraz doc).

## Kontakt



**Mateusz Prucnal**

**E-mail** [mateusz.prucnal@gmail.com](mailto:mateusz.prucnal@gmail.com)



**Telefon** (+48) 512 296 924