



SPASJA CENTRUM
SZKOLENIOWE
DAWID MARCINIAK
SPÓŁKA
KOMANDYTOWA



Kurs Psychosomatyka w praktyce – praca z emocjami i ciałem

Numer usługi 2025/04/28/168153/2714707

📍 Wrocław / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 38 h

📅 13.11.2025 do 16.11.2025

2 200,00 PLN brutto

2 200,00 PLN netto

57,89 PLN brutto/h

57,89 PLN netto/h

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Sposób dofinansowania

wsparcie dla osób indywidualnych
wsparcie dla pracodawców i ich pracowników

Grupa docelowa usługi

Na kurs psychosomatyki zapraszamy osoby pracujące z ciałem lub/i psychiką pacjenta i chcą zyskać nowe, skuteczne narzędzia terapeutyczne, odnoszące się do założenia, że psyche i soma są ze sobą nierozzerwalnie związane. Zatem na **kurs psychosomatyki** zapraszamy głównie osoby pracujące z pacjentami w gabinetach:

- fizjoterapeuta,
- masażysta,
- osteopata,
- naturopata,
- psycholog,
- psychoterapeuta,
- lekarz,
- lekarz dentysta,
- pielęgniarka,
- położna,
- ratownik medyczny,
- trener personalny,
- coach.

Jeśli chcesz wziąć udział w naszym kursie, ale nie należysz do powyższych grup zawodowych skontaktuj się z nami. Sprawdzimy, czy nasz kurs to coś dla Ciebie. Każdy przypadek rozpatrywany jest indywidualnie, a zgoda dotycząca udziału w kursie zależy od decyzji Instruktora.

Usługa kierowana jest też do uczestników projektów: Małopolski pociąg do kariery, Przepis na Rozwój, Kierunek Rozwój, Strefa Rozwoju 3.0, Lubuskie Bony Rozwojowe, Apetyt na Rozwój, Sądeckie Bony Szkoleniowe II, Zachodniopomorskie Bony Szkoleniów

Minimalna liczba uczestników	6
Maksymalna liczba uczestników	16
Data zakończenia rekrutacji	03-11-2025
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
Liczba godzin usługi	38
Podstawa uzyskania wpisu do BUR	Certyfikat systemu zarządzania jakością wg. ISO 9001:2015 (PN-EN ISO 9001:2015) - w zakresie usług szkoleniowych

Cel

Cel edukacyjny

Kurs przygotowuje do samodzielnej pracy zaburzeniami psychosomatycznymi. Uczestnicy zapoznają się z metodami pracy z emocjami, które zostały „zawieszone” w ciele, nauczą się, jak rozpoznać negatywne wzorce myślowe, które utrudniają pacjentom proces zdrowienia, będą ćwiczyć m.in. skanowanie ciała, regulację układu nerwowego, uwalnianie od napięć, pracę z zaburzeniami hormonalnymi oraz pracę z bólem bólem spowodowanymi przewlekłym stresem, traumą czy emocjami.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik definiuje wpływ psychosomatyki na organizm i poszczególne choroby	Uczestnik rozróżnia pojęcia psychosomatyki, stresu i psychogenności	Test teoretyczny
	Uczestnik charakteryzuje definiuje techniki przydatne w pracy z pacjentem psychosomatycznym	Test teoretyczny
	Uczestnik definiuje teorię poliwagalną i określa wpływ różnych czynników na psychosomatyczne reakcje ciała.	Test teoretyczny
	Uczestnik charakteryzuje rolę nerwu błędnego w organizmie.	Test teoretyczny

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Uczestnik diagnozuje i prowadzi terapię zaburzeń psychosomatycznych	Uczestnik rozpoznaje typy zawieszeń emocji w ciele	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik stosuje elementy pracy z oddechem oraz techniki relaksacyjne	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik prawidłowo stosuje poszczególne techniki w ramach terapii psychosomatycznej	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uczestnik stosuje podstawowe zasady pracy z pacjentem psychosomatycznym oraz BHP	Obserwacja w warunkach symulowanych
Uczestnik stosuje kompetencje społeczne podczas terapii zaburzeń psychosomatycznych	Uczestnik komunikuje się z pacjentem uwzględniając aspekty emocjonalne i fizyczne podczas sesji terapii psychosomatycznej.	Obserwacja w warunkach symulowanych

Kwalifikacje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

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

Dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji zawiera opis efektów uczenia się.

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

Dokument potwierdza, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji.

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

Dokument potwierdza zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji.

Program

Kształcenie ma charakter stacjonarny i trwa 4 dni. Są to zajęcia teoretyczno-praktyczne. Uczestnicy pracują w parach i wykonują poznane techniki na sobie nawzajem, pracując przy kozetkach lub na matach, znajdujących się na sali pod okiem Instruktora.

Na szkolenie psychosomatyki zapraszamy wszystkich, którzy pracują z ciałem lub /i psychiką pacjenta i chcieliby zyskać nowe, skuteczne narzędzia terapeutyczne, odnoszące się do założenia, że psyche i soma są ze sobą nierozzerwalnie związane. Zatem na **kurs psychosomatyki** przede wszystkim zapraszamy osoby pracujące z pacjentami/klientami w gabinetach:

- fizjoterapeuta,
- technik masażysta,
- osteopata,
- naturopata,
- psycholog,
- psychoterapeuta,
- lekarz,
- lekarz dentyista,
- pielęgniarka,
- położna,
- ratownik medyczny,
- trener personalny,
- coach.

Jeśli chcesz wziąć udział w naszym kursie psychosomatyki, ale nie należysz do powyższych grup zawodowych

skontaktuj się z nami

– zastanowimy się wspólnie, czy nasz kurs to coś dla Ciebie. Każdy taki przypadek rozpatrywany jest indywidualnie, a zgoda dotycząca udziału w kursie psychosomatyki zależy od decyzji Instruktora.

Kurs trwa łącznie 38 godzin szkoleniowych, które są ujęte w harmonogramie.

Przerwy nie są wliczone do czasu kursu.

Przerwy ujęte w harmonogramie (niewliczone do czasu kursu) nie zostały wyszczególnione oddzielnie ze względu na praktyczny charakter kursu. Osoba prowadząca szkolenie robi je w momencie zakończenia danego etapu zabiegu. Tempo wykonywania zabiegu może się różnić dla każdego uczestnika, więc nie ma możliwości podania precyzyjnego czasu rozpoczęcia i zakończenia przerwy.

Szczegółowy program kursu:

Kurs psychosomatyki to idealna propozycja dla osób, które chciałyby w holistycznym, opartym na nauce kontekście spojrzeć na pacjenta i zgłaszane przez niego problemy.

Program szkolenia z terapii psychosomatycznej obejmuje część teoretyczną i praktyczną, w tym:

DZIEŃ PIERWSZY – PODSTAWY, BEZ KTÓRYCH RESZTA NIE ZADZIAŁA

1. Powitanie uczestników w kręgu
2. Praktyka uważności: SKANOWANIE CIAŁA
3. Wprowadzenie do psychosomatyki
 - pojęcie psychosomatyki
 - zaburzenia psychosomatyczne
 - pacjenci psychosomatyczni
 - dlaczego podejście psyche i soma jest tak ważne
4. Najczęstsze przyczyny zaburzeń psychosomatycznych w pigułce
 - stres
 - traumy
 - wzorce rodzicielskie
 - niewyrażanie emocji
 - wzorce myślowe
 - zawieszanie emocji w ciele
5. Analiza psychosomatyczna – wstęp
6. Praktyka: AUTODIAGNOZA WSTĘPNA – PIERWSZE WRAŻENIE
7. Podstawowe zasady pracy z pacjentem psychosomatycznym oraz BHP
 - przygotowanie miejsca pracy
 - przygotowanie terapeuty
 - praktyka: BUDUJĄC UZIEMIENIE
 - praktyka: OCHRONA TERAPEUTYCZNA

- przygotowanie klienta/pacjenta
 - budowanie bezpieczeństwa
 - od pierwszego kontaktu – pokaz
 - budowanie zaufania
 - zaangażowanie społeczne – pokaz
 - obecność i współodczuwanie
 - zjawisko pendulacji
 - Praktyka GRA NA NERWACH
 - zasada miareczkowania – mniej znaczy więcej
8. Zasoby i ich budowanie w terapii psychosomatycznej
9. Wyznaczenie celu terapeutycznego – zapomniana sprawa
10. Praktyka: OD PIERWSZEGO KONTAKTU – MIKRO PROCES
11. Podsumowanie dnia

DZIEŃ DRUGI – STRES I TRAUMY

Przyczyny zaburzeń psychosomatycznych – pracujmy z przyczynami, a nie ze skutkami!

1. Rozpoczęcie – Praktyka uważności WIELOZMYŚLOWOŚĆ
2. PRZEWLEKŁY STRES – gdzie ta meta?
 - Pojęcie stresu
 - Fizjologia stresu w pigułce
 - Reakcja 4F
 - Biochemia stresu w pigułce
 - Stres krótkotrwały & stres długotrwały
 - Naturalna reakcja na stres – pokaz i analiza filmu „YOKO – MAŁY, WIELKI PIES 1”
 - Stres, a układ odpornościowy
 - Wzrost, czy spadek odporności – co na to nauka?
 - Stres a choroby autoimmunologiczne
 - Praktyka: PIERWSZA POMOC W ZARZĄDZANIU STRESEM
 - Przewlekły stres, a układ hormonalny – wszystko albo nic
 - Dysregulacja osi HPA podwzgórze-przysadka-nadnercza (hypothalamic-pituitary-adrenal)
 - insulinooporność,
 - cukrzyca,
 - otyłość,
 - nadciśnienie, zawał serca, udar
 - Dysregulacja osi HPT podwzgórze-przysadka-tarczycy (hypothalamic-pituitary-thyroid)
 - nadczynność tarczycy,
 - niedoczynność tarczycy,
 - choroba Hashimoto,
 - zaburzenia metaboliczne.
 - Dysregulacja osi HPG podwzgórze-przysadka-gonady (hypothalamus-pituitary-gonadal)
 - spadek libido,
 - zaburzenia erekcji,
 - bezpłodność,
 - zaburzenie cyklu miesięczkowego,
 - zespół policystycznych jajników.
 - Praktyka: Regulacja układu hormonalnego – wybrane techniki terapii czaszkowo-krzyżowej
 - Praktyka wstępna – uziemienie głowy
 - Praca z osią Podwzgórze – Przysadka – Nadnercza
 - Praca z osią Podwzgórze – Przysadka – Tarczyca
 - Praca z osią Podwzgórze – Przysadka – Gonady
 - Przewlekły stres a ból
 - Praktyka: Uwalnianie od bólu – wybrane techniki manualne
 - Techniki uwalniania pozycyjnego
 - Praca z bólem – dialog terapeutyczny

- Skuteczne radzenie sobie ze stresem w warunkach domowych
 - Zasada 80/20 w skutecznym radzeniu sobie ze stresem
3. TRAUMY – odcięcie od ciała, odcięcie od życia
- Pojęcie traumy
 - Przyczyny powstania traumy
 - Rodzaje traum
 - Syndrom PTSD
 - Autonomiczny układ nerwowy w pigułce
 - Budowa AUN
 - Podstawowe funkcje
 - Teoria Poliwagalna/nerw błędny w pigułce
 - przydatność teorii poliwagalnej w pracy z AUN i traumą
 - Trauma według Petera A. Levine’a
 - 4 Etapy reakcji na gwałtowny, silny i/lub długotrwały czynnik stresowy
 - pobudzenie
 - zwężenie percepcji
 - dysocjacja
 - zamrożenie
 - Hamulec wagalny i jego brak
 - Dlaczego kierowca BMW nie używa hamulca?
 - Udawaj trupa albo giń
 - Zablockowana reakcja na stres – pokaz i analiza filmu „YOKO – MAŁY, WIELKI PIES 2”
 - Wygórowana reakcja na stres – pokaz i analiza filmu „Gdyby kózka nie skakała”
 - Praktyka: Podstawowe techniki badania parametrów AUN
 - Ocena odruchu źrenicowego
 - Ocena reakcji przywspółczulnej
 - Ocena funkcji nerwu błędnego
 - Pomiar HRV
 - Praktyka: Podstawowe techniki terapii czaszkowo-krzyżowej dla regulacji AUN
 - Praktyka wstępna – uziemienie głowy 2
 - Terapia manualna nerwu błędnego 1
 - Terapia manualna nerwu błędnego 2
 - Terapia nerwu błędnego z dźwiękiem
 - Technika koherencji serca
 - Praktyka: Autoterapia – samoregulacja AUN
 - Ćwiczenie podstawowe
 - Ćwiczenie oddechowe
 - Ćwiczenie z dźwiękiem
 - Podsumowanie dnia

DZIEŃ TRZECI – WZORCE I SCHEMATY

1. Negatywne wzorce rodzicielskie – nie odczuwaj, nie okazuj emocji
- Rodzice czarodzieje i ich zaklęcia
 - Przyczyny rzucania zaklęć rodzicielskich
 - Praktyka: ZAKLĘCIA RODZIELSKIE
 - Zaklęcia nakazu i ich skutki
 - Zaklęcia zakazu i ich skutki
 - Zdejmowanie mocy zaklęcia – słowa i czyny
 - Praktyka: DIALOG WEWNĘTRZNY – JA I RODZIC
 - Zaklęcia rodzicielskie – pierwszy krok w kierunku rany narcystycznej
2. Wypieranie emocji – odczuwam, ale nie okazuję emocji
- Pojęcie emocji
 - Emocje pierwotne i emocje wtórne
 - Praktyka: Rozpoznawanie emocji – zabawa z emocjami
 - Co z tymi emocjami – kontrolować, czy nie?
 - Praktyka: Rozpuszczanie emocji – oddech życia

- Wypieranie emocji – drugi krok w kierunku rany narcystycznej
3. Negatywne wzorce myślowe – muszę... nie mogę... ja nie dam rady?
4. Budowa układu limbicznego w pigułce
- Jajecznica w mózgu – procesy przetwarzania i analizy
 - Czy myśli mogą boleć? – proces myśli, emocje, odczucia z ciała
 - Praktyka: Techniki regulacji układu limbicznego
 - Technika globalna – kompleks OAA
 - Technika globalna – układ limbiczny
 - Ciało bolesne – przymus powtarzania bolesnych doświadczeń
 - Nieświadomość – nie wiem, że nie wiem
 - Świadomość – wiem, że nie wiem
 - Uwaga – wiem, że mogę wiedzieć
 - Tężejszość – wiem, że wiem
 - Praktyka: Terapia uważności – przepływające myśli
5. Podsumowanie dnia

DZIEŃ CZWARTY – EMOCJE W CIELE

1. Zawieszanie emocji w ciele – nie odczuwam, nie okazuję emocji
- Zawieszenie emocji w ciele – specyficzny rodzaj więzi z ciałem?
 - Najpopularniejsze typy zawieszeń w ciele
 - rozpoznanie zapisu emocjonalnego
 - rozpoznanie zapisu napięciowego
 - Praktyka: Diagnostyka psychosomatyczna
 - powrót ku autodiagnozie – poznając siebie od nowa
 - odczuwając siebie na nowo
 - Praktyka: Podstawowe propozycje rozwiązań terapeutycznych dla wybranych zawieszeń
 - techniki odreagowania
 - techniki kanapki
 - techniki zrzucające napięcie
 - technika 3 uziemienia głowy
 - techniki budowania granic
 - techniki wykorzystujące przybory
 - jedzie pociąg – uziemienie grupowe z dźwiękiem
2. Zawieszenie emocji w ciele – 3 krok w kierunku rany narcystycznej
3. Rana narcystyczna – kosztowna iluzja
4. Od rany do blizny – budowanie procesu terapeutycznego
5. Podsumowanie kursu – spotkanie w kręgu
6. Walidacja

Walidacja:

Walidacja w formie testu odbywa się na zakończenie kursu. Obserwacja w warunkach symulowanych odbywa się poprzez zebranie nagrań podczas wykonywania *wybranych* ćwiczeń praktycznych. Testy i nagrania są sprawdzane przez osobę prowadzącą walidację najpóźniej w dzień następujący po kursie i wtedy znane są wyniki walidacji.

Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 0

Przedmiot / temat zajęć	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
Brak wyników.					

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 200,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 200,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	57,89 PLN
Koszt osobogodziny netto	57,89 PLN

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

Dawid Marciniak

Fizjoterapeuta z kilkunastoletnim doświadczeniem zawodowym. Certyfikowany Praktyk Somatic Experiencing® (nr certyfikatu EASE: PLPLUS23016) prowadzący terapię traum metodą Petera Levine’a. Od 2024 roku również Mistrz Naturopatii. Pracował w placówkach leczniczych i Centrach szkoleniowo-medycznych w Polsce. Ma również wykształcenie pedagogiczne wykorzystywane od wielu lat podczas prowadzonych przez siebie kursów. Od 2010 roku prowadzi prywatną praktykę fizjoterapeutyczną łącząc techniki fizjoterapeutyczne i techniki psychosomatyczne podczas terapii. Posiada doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat przed datą wprowadzenia danych dotyczących oferowanej usługi do BUR.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

W cenie kursu każdy uczestnik otrzymuje:

- obszerny skrypt z materiałami dydaktycznymi
- narzędzia do pracy podczas kursu
- certyfikat ukończenia szkolenia w języku polskim
- zaświadczenie MEN-III/1

Warunki uczestnictwa

- Przed dokonaniem zapisu na usługę, prosimy o kontakt z Organizatorem w celu potwierdzenia dostępności miejsc. Prosimy o kontakt mailowy spasja@spasja.pl lub telefoniczny.
- Następnie należy wypełnić formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie <https://spasja.pl> pod opisem wybranego szkolenia. Procedura opisana jest na stronie. W komentarzu należy zaznaczyć, że kurs będzie dofinansowany ze środków BUR oraz podać pełne dane do faktury.

- Po wysłaniu formularza i potwierdzeniu zapisu przez organizatora, można dokonać zapisu na usługę poprzez BUR.
- Wymagane jest przeczytanie i zaakceptowanie REGULAMINU świadczenia usług szkoleniowych SPASJA.

Informacje dodatkowe

- Kurs odbywa się w języku polskim
- Zwolnienie z VAT ze względu na rodzaj prowadzonej działalności (art. 43 ust 1 ustawy o VAT)
- Liczba godzin szkolenia została podana w godzinach szkoleniowych (1h szkoleniowa = 45 minut)
- Kurs trwa łącznie 38 godzin szkoleniowych, które są ujęte w harmonogramie
- Przerwy ujęte w harmonogramie (niewliczone do czasu kursu) nie zostały ujęte oddzielnie ze względu na praktyczny charakter kursu. Osoba prowadząca kurs robi je w momencie zakończenia danego etapu zabiegu. Tempo wykonywania zabiegu może się różnić dla każdego uczestnika, więc nie ma możliwości podania precyzyjnego czasu rozpoczęcia i zakończenia przerwy.
- Walidacja w formie testu jednokrotnego wyboru odbywa się na zakończenie kursu. Testy są sprawdzane przez osobę prowadzącą walidację najpóźniej w dzień następujący po kursie i wtedy znane są wyniki walidacji. Obserwacja w warunkach symulowanych odbywa się podczas wykonywania wybranych ćwiczeń praktycznych

Adres

ul. Wyścigowa 56E

53-012 Wrocław

woj. dolnośląskie

Budynek ProConcept - numer sali szkoleniowej przesyłany jest uczestnikowi mailowo na kilka dni przed kursem.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Sala szkoleniowa spełnia wymogi Sanepidu i Straży Pożarnej: bezpieczne i higieniczne warunki pracy.

Kontakt



Magdalena Gubała

E-mail spasja@spasja.pl

Telefon (+48) 534 226 006