



## TERAPIA MANUALNA RAKOWSKIEGO - kurs specjalistyczny II - zespół dna miednicy i system żuchwowo-gnykowo-czaszkowy. Kurs tylko dla absolwentów kursów podstawowych TMR

3 150,00 PLN brutto  
3 150,00 PLN netto  
73,26 PLN brutto/h  
73,26 PLN netto/h

Instytut  
Rakowskiego  
Danuta Sokołowska  
★★★★★ 4,9 / 5  
152 oceny

Numer usługi 2025/09/02/115497/2978317

- 📍 Sierosław
- 🏠 Usługa szkoleniowa
- 📄 stacjonarna
- 🕒 43:00 h
- 📅 02.11.2026 do 05.11.2026

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Medycyna
<b>Grupa docelowa usługi</b>	W kursie uczestniczyć mogą lekarze, magiŝtrowie rehabilitacji ruchowej oraz fizjoterapii. <b>Wyłącznie absolwenci kursów podstawowych TMR.</b>
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	15
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	26
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	27-10-2026
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	43
<b>Podstawa uzyskania wpisu do BUR</b>	Standard Usługi Szkoleniowo-Rozwojowej PIFS SUS 2.0

## Cel

### Cel edukacyjny

Usługa szkoleniowa: "TERAPIA MANUALNA RAKOWSKIEGO - kurs specjalistyczny II - zespół dna miednicy i system żuchwowo-gnykowo-czaszkowy. Kurs tylko dla absolwentów podstawowych TMR"- przygotowuje do samodzielnego diagnozowania i leczenia zaburzeń czynności narządu ruchu, w szczególności zaburzeń zespołu dna miednicy, czynności systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego, połączenia głowowo z uwzględnieniem stosowania procedur per rectum, a także edukacji pacjenta w zakresie wzorców reagowania na stres.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Uczestnik samodzielnie diagnozuje i leczy zaburzenia zespołu dna miednicy</p>	<p>stosuje techniki badawcze i zabiegowe w leczeniu zaburzeń dna miednicy</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
	<p>wyjaśnia mechanizm rozluźniania mięśni i punktów spustowych systemu dna miednicy</p>	<p>Wywiad ustrukturyzowany</p>
	<p>naucza pacjenta jak radzić sobie z bólem w obszarze dna miednicy w warunkach domowych</p>	<p>Wywiad ustrukturyzowany</p>
<p>Uczestnik samodzielnie diagnozuje i leczy zaburzenia czynności systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego</p>	<p>stosuje techniki badawcze i zabiegowe w leczeniu zaburzeń czynności systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
	<p>wyjaśnia mechanizm rozluźniania mięśni i punktów spustowych systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego</p>	<p>Wywiad ustrukturyzowany</p>
	<p>naucza pacjenta jak radzić sobie z bólem w obszarze systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego w warunkach domowych</p>	<p>Wywiad ustrukturyzowany</p>
<p>Uczestnik wykonuje zabieg per rectum</p>	<p>wykorzystuje w terapii procedurę badawczo-zabiegową mobilizacji per rectum</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
	<p>potrafi opisać i wyjaśnić mechanizm działania zabiegu per rectum</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
	<p>wymienia i opisuje wskazania i przeciwwskazania do wykonania zabiegu per rectum</p>	<p>Test teoretyczny</p>
<p>Uczestnik edukuje pacjenta w zakresie wzorców reagowania na stres</p>	<p>edukuje pacjenta w zakresie niezbędnym do wyciszenia przyczyn dolegliwości i zachowania zdrowia</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
	<p>definiuje i wykorzystuje w terapii fizyczne mechanizmy stresu jako reakcje anatomicznych struktur narządu ruchu na ten typ negatywnego bodźcowania</p>	<p>Wywiad swobodny</p>
	<p>różnicuje objawy związane z przeżywaniem stresu wg indywidualnych wzorców reagowania</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?

TAK

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

TAK

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

TAK

## Program

**Liczba godzin usługi (43) podana jest w godzinach edukacyjnych (45-minutowych).**

### Program kursu specjalistycznego Terapii Manualnej Rakowskiego

Zespół dna miednicy. Mobilizacja per-rectum Techniki badawcze i zabiegowe

1. Struktury anatomiczne tworzące dno miednicy
2. Dno miednicy jako jedna z płaszczyzn poprzecznych narządu ruchu.
3. Dno miednicy – czynności statyczne i czynności dynamiczne.
4. Struktury anatomiczne dna miednicy dostępne palpacji w badaniu i zabiegu z dostępu per rectum.
5. Patogeneza zaburzeń czynności struktur dna miednicy: ☒ Przyczyny psychogenne (przyczyny pochodzenia pierwotnego)
6. Objawy chorobowe zaburzeń czynności struktur dna miednicy
7. Badanie z dostępu per rectum struktur dna miednicy
8. Terapia dysfunkcji struktur dna miednicy
9. Reakcje pozabiegowe.

Zespół systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego. Techniki badawcze i zabiegowe

1. Struktury anatomiczne systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego. Omówienie najnowszych doniesień dotyczących anatomii i fizjologii stawu skroniowo żuchwowego, mięśni żucia, mięśni nadgnykowych, podgnykowych oraz struktur łącznotkankowych i mięśniowych połączenia głowowo-szyjnego.
2. Patogeneza zaburzeń czynności szgocrawitacyjne
3. Objawy chorobowe zaburzeń czynności struktur szgoc
4. Badanie systemu żuchwowo-gnykowo-czaszkowego
5. Terapia zaburzeń czynności szgoc oraz ich następstw w postaci objawów chorobowych - zajęcia teoretyczne i praktyczne:

Zespół połączenia głowowo-szyjnego.

1. Struktury połączenia głowowo-szyjnego, anatomia i czynność.
2. Patogeneza zaburzeń czynności połączenia głowowo-szyjnego zamiejscowe dysfunkcji połączenia Oo/C
3. Objawy chorobowe generowane przez czynnościowo zmienione struktury zespołu połączenia głowowo-szyjnego: c
4. Badanie struktur połączenia głowowo-szyjnego
5. Terapia zaburzeń czynności połączenia głowowo-szyjnego i ich skutków
6. Podsumowanie.

Terapia Edukacyjna.

1. Zespoły przemocy
2. Cechy zespołu Dorosłego Dziecka Alkoholika i ich związek z dolegliwościami twarzoczaszki i dna miednicy
3. Współzależnienie – reakcje emocjonalne i fizyczne.
4. Narzędzia wykorzystywane w TE
5. Praktyczne wykorzystanie TE w pracy z pacjentem cierpiącym z powodu dysfunkcji narządu ruchu.

Autoterapia.

1. Autoterapia w zaburzeniach czynności struktur dna miednicy
2. Podstawowy i zaawansowany program reedukacji mięśni dna miednicy dla kobiet i mężczyzn.
3. Reedukacja mięśni dna miednicy podczas ciąży, w połogu i dalszych etapach życia kobiety.
4. Samodzielne mobilizacje uciskowe wybranych struktur generujących objawy w rejonie dna miednicy: wkg, krętarz, wnk Th/L oraz S, wbl.

Autoterapia w zespołach systemu zuchwowo-gnykowo-czaszkowego.

Autoterapia zaburzeń czynności połączenia głowowo-szyjnego.

Ukierunkowany trening siłowy mięśni fazowych po wyeliminowaniu odruchu hamowania wtórnego. 1. Praca z odruchem hamowania wtórnego

2. Trening sprawności m. poprzecznego brzucha – odtwarzanie prawidłowej stabilizacji przez mięsień poprzeczny brzucha - program zaawansowany.
3. Trening sprawności mm pośladkowych (mały, średni, wielki) – zasady treningu siłowego, sposób wykonania.
4. M. naprężacz powięzi szerokiej (w zależności od indywidualnych wskazań) – zasady treningu siłowego, sposób wykonania.
5. Mm rotatory kręgosłupa oraz mm. skośne zewnętrzne i wewnętrzne brzucha – zasady treningu siłowego, sposób wykonania.
6. Trening stabilizacji łopatek i klatki piersiowej- program zaawansowany

Zajęcia prowadzone są na dwóch salach: sali wykładowej (120 m<sup>2</sup>) i sali do warsztatów i ćwiczeń (70m<sup>2</sup>). Uczestnikom udostępniamy szatnię, zaplecze sanitarne oraz ogólnodostępny hol z bufetem kawowym. Wyposażenie sali: stoły terapeutyczne (1 stół na parę), materace (dla każdego uczestnika), piłki terapeutyczne, pasy trakcyjne, poduszki (dla każdego uczestnika), rzutnik multimedialny, pomoce dydaktyczne np. plansze i modele anatomiczne.

Część praktyczna prowadzona jest w parach. Nie jest stosowany podział na grupy.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 32

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 32 Teoria szgć - wprowadzenie.	Janina Słobodzian-Rakowska	02-11-2026	09:00	11:00	02:00
2 z 32 Przerwa	Janina Słobodzian-Rakowska	02-11-2026	11:00	11:15	00:15
3 z 32 Praktyka szgć, badanie. Część teoretyczna - patogeneza i objawy	Janina Słobodzian-Rakowska	02-11-2026	11:15	13:15	02:00
4 z 32 Przerwa	Janina Słobodzian-Rakowska	02-11-2026	13:15	13:30	00:15
5 z 32 Zajęcia teoretyczne - objawy szgć, pokaz badania.	Janina Słobodzian-Rakowska	02-11-2026	13:30	15:30	02:00
6 z 32 Przerwa	Janina Słobodzian-Rakowska	02-11-2026	15:30	16:15	00:45
7 z 32 Autoterapia zaburzeń czynności struktur szgć. Autoterapia zaburzeń czynności połączenia głowowo-szyjnego w aspekcie migrenowych bólów i zawrotów głowy.	Michał Grząślewicz	02-11-2026	16:15	18:15	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
8 z 32 Badanie ślizgów, obwodzenie, zasady mobilizacji ślizgów, badanie wrażliwości, test Patricka, objawy wyprzedzania. Igioterapia wyrostka dziobiastego-pokaz	Janina Słobodzian-Rakowska	03-11-2026	08:00	09:45	01:45
9 z 32 Przerwa	Janina Słobodzian-Rakowska	03-11-2026	09:45	10:00	00:15
10 z 32 Badanie ślizgów, obwodzenie, zasady mobilizacji ślizgów, badanie wrażliwości - mobilizacje uciskowe wewnętrzne, badanie objawów akustycznych - praktyka	Janina Słobodzian-Rakowska	03-11-2026	10:00	11:15	01:15
11 z 32 Przerwa	Janina Słobodzian-Rakowska	03-11-2026	11:55	12:10	00:15
12 z 32 Teoria - zespół dna miednicy. Wskazania i przeciwwskazania do per rectum.	Justyna Sieracka	03-11-2026	12:10	13:30	01:20
13 z 32 Przerwa	Justyna Sieracka	03-11-2026	13:30	13:45	00:15
14 z 32 Omówienie wykonania mobilizacji per rectum	Justyna Sieracka	03-11-2026	13:45	15:30	01:45
15 z 32 Przerwa	Justyna Sieracka	03-11-2026	15:30	16:15	00:45

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>16 z 32</b> Autoterapia w zespołach dna miednicy	Michał Grząślewicz	03-11-2026	16:15	18:15	02:00
<b>17 z 32</b> Zespół dna miednicy - cd.	Janina Słobodzian-Rakowska	04-11-2026	08:00	09:45	01:45
<b>18 z 32</b> Przerwa	Janina Słobodzian-Rakowska	04-11-2026	09:45	10:00	00:15
<b>19 z 32</b> Objawy ZDM, omówienie wykonania mobilizacji per rectum- c.d.	Janina Słobodzian-Rakowska	04-11-2026	10:00	11:55	01:55
<b>20 z 32</b> Przerwa	Janina Słobodzian-Rakowska	04-11-2026	11:55	12:10	00:15
<b>21 z 32</b> Mobilizacje per rectum- zajęcia praktyczne. Perspektywa pacjenta i terapeuty.	Justyna Sieracka	04-11-2026	12:10	13:00	00:50
<b>22 z 32</b> Przerwa	Justyna Sieracka	04-11-2026	13:30	13:45	00:15
<b>23 z 32</b> Terapia Edukacyjna	Justyna Sieracka	04-11-2026	13:45	15:30	01:45
<b>24 z 32</b> Przerwa	Justyna Sieracka	04-11-2026	15:30	16:15	00:45
<b>25 z 32</b> Stabilizacja w kontekście mięśni dna miednicy. Autoterapia.	Michał Grząślewicz	04-11-2026	16:15	18:15	02:00
<b>26 z 32</b> Mobilizacja per rectum - CZST	Justyna Sieracka	05-11-2026	08:00	09:45	01:45
<b>27 z 32</b> Przerwa	Justyna Sieracka	05-11-2026	09:45	10:00	00:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>28 z 32</b> Zespół połączenia Oo/C1	Justyna Sieracka	05-11-2026	10:00	11:55	01:55
<b>29 z 32</b> Przerwa	Justyna Sieracka	05-11-2026	11:55	12:10	00:15
<b>30 z 32</b> Zespół połączenia Oo/C1 - cd.	Justyna Sieracka	05-11-2026	12:10	13:30	01:20
<b>31 z 32</b> Przerwa	Justyna Sieracka	05-11-2026	13:30	13:45	00:15
<b>32 z 32</b> Terapia Edukacyjna	Justyna Sieracka	05-11-2026	13:45	15:30	01:45

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	3 150,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 150,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	73,26 PLN
Koszt osobogodziny netto	73,26 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 3



**1 z 3**

### Michał Grząślewicz

mgr fizjoterapii - rokzenia ukoń 2019

Terapeuta Manualnym z II° kompetencji - 2024

W ciągu ostatnich 5 lat aktywnie asystuje przy szkoleniu kursantów z zakresu Terapii Manualnej Rakowskiego; w swoim dorobku edukacyjnym przeszkolił ponad 150 osób.

Odbyte kurs w ciągu ostatnich 5 lat:

- Manipulacje krótkodźwigniowe HVLA - 2023
- Wstęp do biomechaniki kończyny dolnej oraz proces zaopatrzenia w dynamiczne wkładki ortopedyczne - 2021



2 z 3

## Justyna Sieracka

mgr rehabilitacji ruchowej – Akademia Wychowania Fizycznego w Poznaniu - rehabilitacja ruchowa - rok ukończenia 1997

Fizjoterapeuta – numer prawa wykonywania zawodu: 15368

Terapeuta Manualny z IV° kompetencji TMR - Nauczyciel Dyplomowany

Aktywnie uczestniczy w szkoleniach, kursach, konferencjach i spotkaniach naukowych z zakresu fizjoterapii i Terapii Manualnej. W ciągu ostatnich 5 lat przeszkolił ponad 200 kursantów z Terapii Manualnej Rakowskiego.

Odbyte kursy i aktywność naukowa w ciągu ostatnich 5 lat:

- Fakultet dla studentów 3 roku fizjoterapii w Wyższej Szkole Edukacji i Terapii w Poznaniu. – 01 i 02 2025
- Holistyczna Szkoła Rodzenia – prowadzenie wykładów i zajęć praktycznych – od 2024 r. do chwili obecnej
- Cranial Nerves (CSCN) – Upledger Institute Poland - 2024
- SomatoEmocjonalne Uwolnienie moduł III – Upledger Institute Poland - 2024
- Terapia CranioSacralna Upledgera moduł II – Upledger Institute Poland - 2024
- Terapia CranioSacralna Upledgera moduł I – Upledger Institute Poland - 2023
- Zdrowie Kobiety – 2023
- Kurs Instruktorski Masażu Metodą Shantala – Szkoła Masażu Shantala i Terapii Funkcji Poznawczych – 2022
- Kurs Terapii Linii Środkowej - Szkoła Masażu Shantala i Terapii Funkcji Poznawczych – 2022
- Warsztaty Terapii Ręki – Szkoła Masażu Shantala i Terapii Funkcji Poznawczych – 2022
- Racjonalna Terapia Zachowania RTZ – Centrum Psychoterapii Integralnej – 2022



3 z 3

## Janina Słobodzian-Rakowska

Janina Słobodzian-Rakowska

dr nauk medycznych – Wojskowa Akademia Medyczna – wydział lekarski- rok ukończenia 2000  
Specjalista fizjoterapii

Fizjoterapeuta – numer prawa wykonywania zawodu: 14048

Terapeuta Manualny z IV° kompetencji TMR Nauczyciel Dyplomowany Terapii Manualnej

Rakowskiego - nr certyfikatu 2/2009- Polskie Towarzystwo Terapii Manualnej Holistycznej

Studia wyższe magisterskie - Akademia Wychowania Fizycznego we Wrocławiu – rehabilitacja ruchowa - rok ukończenia 1983

Aktywnie uczestniczy w szkoleniach, kursach, konferencjach i spotkaniach naukowych z zakresu fizjoterapii, Terapii Manualnej i fizjoterapii stomatologicznej. Ciągu ostatnich 5 lat przeszkoliła ponad 300 kursantów z zakresu Terapii Manualnej Rakowskiego oraz Fizjoterapii stomatologicznej.

Wystąpienie i prelekcje na konferencjach:

- Konferencja Terapii Manualnych – Wykorzystanie systemu Terapii Manualnej Rakowskiego w leczeniu dysfunkcji dna miednicy. Wpływ stresu na narząd ruchu poprzez struktury dna miednicy - listopad 2024
- Konferencja Rehabilitacja w Praktyce - Współpraca neurologa, stomatologa i fizjoterapeuty w leczeniu pacjentów z dolegliwościami w obrębie głowy –wrzesień 2024
- Konferencja Terapii Manualnych - Łódź - Wpływ przejścia piersiowo-lędźwiowego na narząd ruchu oraz narządy wewnętrzne. Techniki badawcze, różnicujące, zabiegowe stosowane w Terapii Manualnej Rakowskiego – listopad 2023 r.
- Konferencja Ustronie - Techniki Terapii Manualnej Rakowskiego w leczeniu zachowawczym coccygodyn

# Informacje dodatkowe

## Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy kursu otrzymują **skrypt**.

## Warunki uczestnictwa

W kursie specjalistycznych uczestniczyć mogą lekarze, magistrowie rehabilitacji ruchowej oraz fizjoterapii. **Bezwzględnym warunkiem uczestnictwa jest uprzednie ukończenie kursu podstawowego TMR.**

Przed dokonaniem zapisu na usługę, wymagany jest kontakt z Organizatorem celem potwierdzenia wolnych miejsc. W tym celu należy wypełnić formularz zgłoszeniowy znajdujący się na stronie <https://ctmrakowski.pl/kursy/terapia-manualna-rakowskiego-specjalistyczny/>

**W formularzu należy koniecznie zaznaczyć, że kurs będzie dofinansowany z środków BUR.**

Rejestracja na kurs jest tożsama z akceptacją regulaminu kursów i szkoleń Instytutu Rakowskiego, opublikowanym pod adresem: <https://ctmrakowski.pl/dla-specjalistow/regulamin-kursow.html>

### Dokumenty:

Każdy absolwent kursu specjalistycznego TMR otrzymuje **Zaświadczenie ukończenia kursu specjalistycznego.**

## Informacje dodatkowe

**Ukończony pełny program kształcenia TMR: czteromodułowy kurs podstawowy + I i II moduł specjalistyczny daje prawo do złożenia egzaminu przed Komisją PTTMH i uzyskania I stopnia kompetencji w TMR.**

Każdego dnia sprawdzana jest lista obecności.

Podstawa zwolnienie z VAT: pozostałe zwolnienia przedmiotowe art. 43 ust. 26 pkt a ustawy o VAT.

Zaliczenie kursu od 80%.

Sprawdzenie wiedzy składa się z dwuczęściowego egzaminu:

-test wiedzy - składający się z 10 pytań

-obserwacja w warunkach symulowanych - uczestnik wykonuje wylosowaną metodę badawczą, którą omawia na modelu leżącym na kozetce fizjoterapeutycznej.

## Adres

ul. Leśna 1

62-080 Sierosław

woj. wielkopolskie

Zajęcia odbywają się w siedzibie Instytutu Rakowskiego, w budynku Centrum Terapii Manualnej w Sierosławiu.

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Parking, hotel i restauracja w pobliżu

# Kontakt



**Katarzyna Polańska-Bebejewska**

**E-mail** [instytut@ctmrakowski.pl](mailto:instytut@ctmrakowski.pl)

**Telefon** (+48) 618 147 900