

HARYES  
ACADEMYHARYES Marek  
Harutyunyan

★★★★★ 4,8 / 5

676 ocen

**Kurs | Uwalnianie traum - bipolarna metoda  
refleksologii twarzy i stóp, jako wsparcie  
zdrowia psychicznego | Original  
Sorensensistem TM method® | Sesja  
manualna [2 DNI].**

Numer usługi 2025/09/09/16002/2993768

📍 Warszawa / stacjonarna

🏠 Usługa szkoleniowa

🕒 20 h

📅 05.12.2025 do 06.12.2025

**3 990,00 PLN** brutto

3 990,00 PLN netto

199,50 PLN brutto/h

199,50 PLN netto/h

## Informacje podstawowe

**Kategoria**

Zdrowie i medycyna / Medycyna estetyczna i kosmetologia

**Grupa docelowa usługi**

Grupą docelową usługi szkoleniowej są pracodawcy oraz pracownicy związani między innymi z zawodami, takimi jak masażysta, fizjoterapeuta, instruktor odnowy biologicznej, kosmetolog, fryzjer oraz inni, którzy świadczą kompleksowe usługi z zakresu masażu, odnowy biologicznej, medycyny naturalnej i poprawy kondycji fizycznej. Do grupy docelowej wliczają się również osoby indywidualne.

**Minimalna liczba uczestników**

1

**Maksymalna liczba uczestników**

12

**Data zakończenia rekrutacji**

04-12-2025

**Forma prowadzenia usługi**

stacjonarna

**Liczba godzin usługi**

20

**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

Celem edukacyjnym niniejszej usługi jest zdobycie wiedzy na temat dobrostanu psychicznego, nawyków życiowych, takich jak sen, odżywianie, aktywność fizyczna, które wpływają na kondycję psychiczną oraz zawodową. Przekazane

zostaną również zasady psychologii pozytywnej oraz ich zastosowanie w życiu osobistym i zawodowym. Uczestnicy opanują techniki redukcji stresu i napięć emocjonalnych, a także nauczą się stosować techniki oddechowe, automasaż oraz ćwiczenia relaksacyjne dzięki refleksologii.

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

| Efekty uczenia się                                                                    | Kryteria weryfikacji                                                                                                                                                                    | Metoda walidacji                                    |
|---------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------|
| Opisuje zasady funkcjonowania układu limbicznego i jego wpływu na zdrowie psychiczne. | Wyjaśnia mechanizmy działania układu limbicznego oraz jego rolę w procesach emocjonalnych i regulacji stresu.                                                                           | Wywiad swobodny                                     |
| Stosuje techniki refleksologii oraz wyjaśnia ich zastosowania w terapii traumy.       | Opisuje poszczególne techniki oraz wskazuje ich wpływ na organizm.                                                                                                                      | Wywiad swobodny                                     |
| Charakteryzuje wpływu pamięci komórkowej na przechowywanie traum i emocji.            | Wyjaśnia koncepcję pamięci komórkowej i opisuje, w jaki sposób wpływa ona na zdrowie psychiczne i fizyczne.                                                                             | Wywiad swobodny                                     |
| Opisuje techniki manualnej stymulacji stref neuro-odruchowych.                        | Stosuje technik masażu i refleksologii w praktyce.                                                                                                                                      | Analiza dowodów i deklaracji                        |
| Stosuje techniki oddechowe i automasażu w redukcji stresu i napięć emocjonalnych.     | Charakteryzuje techniki oddechowe oraz samodzielnie przeprowadzić automasaż.<br><br>Dobiera odpowiednie techniki refleksologiczne do konkretnych problemów zdrowotnych i emocjonalnych. | Wywiad swobodny<br><br>Analiza dowodów i deklaracji |

**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?

# Program

## Opis programu usługi szkoleniowej:

Kurs pn; „**Uwalnianie traum - bipolarna metoda refleksologii twarzy i stóp, jako wsparcie zdrowia psychicznego**” - to dwudniowy panel który łączy w sobie elementy zarządzania emocjami, budowania dobrostanu psychicznego oraz tworzenia przyjaznego środowiska pracy z wykorzystaniem bipolarnej metody neuro odruchowej refleksologii twarzy i stóp. Kurs został zaprojektowany z myślą o terapeutach, masażyście, psychologach, coachach oraz wszystkich osobach zainteresowanych poprawą zdrowia psychicznego i równoważenia sfery emocjonalnej, zarówno swojego, jak i swoich klientów.

Metoda uwalniania traum sorensensistem<sup>TM</sup> skupia się na oddziaływaniu na emocje i traumy przechowywane w pamięci komórkowej ciała, splotach nerwowych, układzie limbicznym i ciele migdałowatym. Pamięć komórkowa odnosi się do zdolności organizmu do przechowywania i przypominania sobie doświadczeń emocjonalnych i traumatycznych na poziomie komórkowym. Komórki w organizmie przechowują tzw. odciski przeszłych wydarzeń, emocji i traum, działając jako „bank pamięci”, który wpływa zarówno na zdrowie psychiczne, jak i fizyczne. Odciski te mogą objawiać się przewlekłym bólem, nierównowagą emocjonalną, a nawet oporem przed terapią. Poprzez dostęp do tych przechowywanych wspomnień i ich uwalnianie, bipolarna metoda uwalniania traum ułatwia głębokie transformacje emocjonalne i fizyczne.

Kurs rozpoczyna się od wprowadzenia w tematykę budowania dobrostanu psychicznego. Uczestnicy dowiedzą się, jak stan relaksu stanowi podstawę dbania o siebie i efektywności pracy. Relaksacja jest kluczowym elementem, który pozwala na regenerację organizmu i utrzymanie równowagi emocjonalnej. Uczestnicy poznają techniki rozładowywania emocji, poprzez wykorzystanie różnych sposobów stymulacji stref neuro-odruchowych, automasażu, równoważenia pracy układu limbicznego, który można stosować zarówno w życiu zawodowym, jak i osobistym.

Kurs kładzie również duży nacisk na zarządzanie energią w pracy, szczególnie w kontekście wykonywania zabiegów terapeutycznych. Uczestnicy nauczą się, jak unikać zmęczenia poprzez odpowiednie ustawienie ciała i równoważenie napięć mięśniowych w czasie zabiegu. Właściwa postawa podczas pracy jest kluczowa dla zapobiegania przeciążeniom i utrzymania wysokiej jakości usług. Uczestnicy poznają techniki oddychania oraz mikro-ćwiczenia refleksologiczne, które można wykonywać w trakcie pracy, aby zwiększyć swoją wydajność i utrzymać pełną koncentrację.

Bipolarna terapia uwalniania traum pomaga również regulować poziom hormonów w organizmie, równoważąc procesy neurobiologiczne i poziom neurotransmiterów, takich jak serotonina, dopamina i noradrenalina, jednocześnie uwalniając hormony antystresowe. Kiedy przywrócona jest wewnętrzna równowaga biochemiczna można doświadczyć uczucia spokoju w ciele, umyśle i duszy. Ta równowaga pozwala odzyskać energię, bystrość umysłu i kontrolę nad swoim życiem.

Metodę tę można stosować u dzieci, młodzieży, dorosłych i osób w zaawansowanym wieku w przypadkach takich problemów, jak:

- Stres
- Trauma nabyta na każdym etapie życia: w wieku dorosłym i w dzieciństwie, a nawet w okresie prenatalnym
- Stres pourazowy
- Nierównowaga emocjonalna
- Dysfunkcja psychiczna
- Depresja
- Wypalenie życiowe i zawodowe
- Zaburzenia odżywiania

## Metody interaktywne i aktywizujące stosowane w trakcie kursu:

W ramach kursu uczestnicy będą angażowani w naukę poprzez następujące metody interaktywne i aktywizujące:

- **Ćwiczenia praktyczne w grupach** – uczestnicy będą wykonywać zabiegi refleksologiczne pod okiem instruktora, ćwicząc techniki manualne.
- **Demonstracje na żywo z omówieniem** – prowadzący krok po kroku prezentuje techniki refleksologiczne z równoczesnym omawianiem ich celu i efektu.
- **Dyskusje moderowane i analiza przypadków** – omawiane będą konkretne przypadki, co umożliwi lepsze zrozumienie praktycznego zastosowania refleksologii.
- **Praca z materiałami audiowizualnymi** – wykorzystanie materiałów szkoleniowych wspierających zrozumienie technik refleksologicznych.

## Harmonogram programu usługi szkoleniowej:

## Moduł 1: Wprowadzenie teoretyczne do terapii uwalniania traum.

- Teoria układu limbicznego i ciała migdałowatego oraz pamięci komórkowej.
- Techniki rozładowywania emocji i redukcji napięć emocjonalnych.
- Manualna stymulacja stref neuro-oddechowych.

## Moduł 2: Terapia neuro-oddechowa oraz równoważenie układu limfatycznego i hormonalnego.

- Techniki równoważenia neuroprzekaźników: serotoniny, dopaminy i noradrenaliny.
- Terapia neuro-oddechowa stóp, równoważenie układu limfatycznego i hormonalnego, uwalnianie hormonów antystresowych.
- Procedura zamknięcia zabiegu i utrwalenia stanu harmonii emocjonalnej i fizycznej.
- Walidacja. Walidację przeprowadzi osoba wyznaczona w sekcji "**Osoby prowadzące**". Walidacja jest przeprowadzona grupowo i odbędzie się ostatniego dnia szkolenia od godziny 17:30 do godziny 18:00.

### Osoba prowadząca walidację:

- Zbiera dane i materiały.
- Przygotowuje dowody uzyskania efektów uczenia się.
- Na podstawie zebranych danych, dowodów i materiałów oraz przeprowadzonego wywiadu swobodnego dokonuje walidacji efektów uczenia się.

### Ważne informacje:

1. Wręczenie zaświadczeń ukończenia kursu następuje po przeprowadzonej walidacji.
2. Usługa jest skierowana do osób związanych z zawodami takimi jak masażyści, fizjoterapeuci, instruktor odnowy biologicznej, kosmolog, fryzjer oraz inni, którzy świadczą kompleksowe usługi z zakresu masażu, odnowy biologicznej, medycyny naturalnej i poprawy kondycji fizycznej. Do grupy docelowej wliczają się również osoby indywidualne.
3. Uczestnicząca grupa korzysta z kilku stanowisk praktycznych, z których każde wyposażone jest w leżankę lub fotel z regulacją, krzesło dla prowadzącego, zestaw kosmetyków i akcesoriów (olejki, toniki, jednorazowe ręczniki, opaski na włosy), oświetlenie punktowe i lustro, środki do dezynfekcji i pojemniki na odpady. Dodatkowo, jedno stanowisko zawiera komputer z dostępem do materiałów dydaktycznych (filmy, prezentacje, formularze).
4. Usługa jest prowadzona zgodnie z ustalonym harmonogramem w standardzie godzin dydaktycznych. (1 godzina dydaktyczna = 45 min zajęć)
5. W trakcie trwania zajęć przewidziane są przerwy zgodnie z harmonogramem, w trakcie których mogą być zadawane uzupełniające pytania dotyczące zajęć przez uczestników lecz głównie w celu odpoczynku i regeneracji przed przystąpieniem do kolejnych zagadnień. Przerwy nie są wliczone w czas trwania usługi rozwojowej. Przerwy są planowane zgodnie z logiką pracy i komfortem uczestników.
6. Brak określonych wymagań wstępnych dotyczących poziomu wiedzy i umiejętności.
7. Weryfikacja osiągnięcia zamierzonego celu edukacyjnego polega na samodzielnym wykonaniu przez uczestnika sesji masażu, podczas której oceniana jest jakość i skuteczność zastosowanych technik.
8. Jako organizator zastrzegamy sobie prawo do modyfikacji oferowanej usługi we wszystkich kryteriach przed jej rozpoczęciem, o czym będziemy niezwłocznie informować zainteresowane strony.
9. Zapewniamy darmowy poczęstunek, w tym przekąski oraz napoje gorące i zimne.
10. Liczba godzin przeznaczonych na zajęcia teoretyczne: 6 godzin dydaktycznych (po 45 minut każda), co odpowiada  $\approx$  4 godzinom i 30 minutom zegarowym.
11. Liczba godzin przeznaczonych na zajęcia praktyczne: 14 godzin dydaktycznych (po 45 minut każda), co odpowiada  $\approx$  10 godzinom i 30 minutom zegarowym.
12. Łączna liczba godzin usługi wynosi 20 godzin dydaktycznych (po 45 minut każda), co odpowiada 15 godzinom zegarowym.

# Harmonogram

Liczba przedmiotów/zajęć: 7

| Przedmiot / temat zajęć                                                                                                                      | Prowadzący         | Data realizacji zajęć | Godzina rozpoczęcia | Godzina zakończenia | Liczba godzin |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------|-----------------------|---------------------|---------------------|---------------|
| <b>1 z 7</b> Moduł 1:<br>Teoria układu limbicznego i ciała migdałowatego oraz pamięci komórkowej.                                            | Anna Jurewicz-Sawa | 05-12-2025            | 09:30               | 13:30               | 04:00         |
| <b>2 z 7</b> Moduł 1:<br>Techniki rozładowywania emocji i redukcji napięć emocjonalnych.                                                     | Anna Jurewicz-Sawa | 05-12-2025            | 14:30               | 15:30               | 01:00         |
| <b>3 z 7</b> Moduł 1:<br>Manualna stymulacja stref neuro-oddechowych.                                                                        | Anna Jurewicz-Sawa | 05-12-2025            | 15:30               | 18:00               | 02:30         |
| <b>4 z 7</b> Moduł 2:<br>Techniki równoważenia neuroprzekaźników: serotoniny, dopaminy i noradrenaliny.                                      | Anna Jurewicz-Sawa | 06-12-2025            | 09:30               | 13:30               | 04:00         |
| <b>5 z 7</b> Moduł 2:<br>Terapia neuro-oddechowa stóp, równoważenie układu limfatycznego i hormonalnego, uwalnianie hormonów antystresowych. | Anna Jurewicz-Sawa | 06-12-2025            | 14:30               | 16:30               | 02:00         |
| <b>6 z 7</b> Moduł 2:<br>Procedura zamknięcia zabiegu i utrwalenia stanu harmonii emocjonalnej i fizycznej.                                  | Anna Jurewicz-Sawa | 06-12-2025            | 16:30               | 17:30               | 01:00         |
| <b>7 z 7</b> Moduł 2:<br>Walidacja.                                                                                                          | -                  | 06-12-2025            | 17:30               | 18:00               | 00:30         |

# Cennik

## Cennik

| Rodzaj ceny                               | Cena         |
|-------------------------------------------|--------------|
| Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto | 3 990,00 PLN |
| Koszt przypadający na 1 uczestnika netto  | 3 990,00 PLN |
| Koszt osobogodziny brutto                 | 199,50 PLN   |
| Koszt osobogodziny netto                  | 199,50 PLN   |

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

### Anna Jurewicz-Sawa

Jest terapeutką i instruktorką metody sorensensistemTM na podstawie licencji wydanej przez INSTITUTO DE REFLEXOLOGIA FACIAL INTERNACIONAL LONE SORENSEN, SL. Od 2014 roku zajmuje się naturalnymi metodami wspierania organizmu, a od marca 2018 roku specjalizuje się w masażu w systemie sorensensistemTM. Posiada licencję instruktorki wydaną przez Instytut Lone Sorensen z Barcelony, uprawniającą ją do prowadzenia szkoleń z zakresu sorensensistemTM. W swojej działalności zdobyła również cenne kwalifikacje i umiejętności. Ukończyła kursy Japońskiego Liftingu Twarzy moduł I i II - sorensensistemTM, Tybetańskiego Masażu Głowy i Szyi, Dwubiegunowej Terapii Uwalniania Traum Emocjonalnych, Kontroli Wagi, Crystal Liftingu oraz Masażu Misami Tybetańskimi. Posiada również dyplom coachingu oraz jest absolwentką podyplomowych studiów w Szkole Wyższej Psychologii Społecznej w Warszawie. Jej doświadczenie, wiedza i umiejętności pozwalają jej kompleksowo wspierać klientów w naturalnym procesie zdrowienia i odprężenia. Stawia na indywidualne podejście do każdego pacjenta, uwzględniając jego unikalne potrzeby i cele. Pani Anna od ponad dziesięciu lat aktywnie poszerza swoją wiedzę obejmującą metodę sorensensistemTM. Od 2018 roku prowadzi szkolenia z zakresu cosmo-liftingu twarzy, drenażu limfatycznego oraz refleksologii twarzy. Regularnie prowadzi kursy specjalistyczne związane z tymi obszarami, systematycznie zdobywając uznanie wśród uczestników i branży.

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Każdy uczestnik kursu otrzymuje kolorowy skrypt zawierający szczegółowe fotografie, grafiki oraz opisy poszczególnych procedur masażu.

### Warunki uczestnictwa

- **WAŻNE!!!** Przed zapisem na kurs prosimy o kontakt telefoniczny lub mailowy w celu sprawdzenia dostępności wolnych miejsc na wybrany termin, szczególnie jeśli planowane jest pozyskanie dofinansowania.
- **WAŻNE!!!** Opublikowana usługa jest w kwocie netto bez doliczonej 23% stawki VAT, zwolnienie z VAT zgodnie z Rozporządzeniem Ministra Finansów z dnia 20 grudnia 2013 r. (Dz. U. poz. 1722), § 3 ust. 1 pkt 14, w sprawie zwolnień od podatku od towarów i usług oraz warunków stosowania tych zwolnień, przysługuje wyłącznie podmiotom z pozyskanym dofinansowaniem  $\geq 70\%$ , w innym przypadku do faktury zostanie doliczona obowiązująca stawka VAT.
- Brak określonych wymagań wstępnych dotyczących poziomu wiedzy i umiejętności, co oznacza, że zajęcia są otwarte dla osób o różnym stopniu zaawansowania.

## Informacje dodatkowe

- Po zakończeniu zajęć oraz przeprowadzeniu procesu walidacji wewnętrznej, każdy uczestnik zostanie uhonorowany imiennym zaświadczeniem potwierdzającym udział w kursie. Zaświadczenie opisuje osiągnięte efekty uczenia się z zakresu masażu, zgodnie z programem zajęć. Jest to oficjalny dokument, który potwierdza zdobytą wiedzę i umiejętności, umożliwiając uczestnikowi praktyczne zastosowanie technik masażu w ramach swojej praktyki.
- Warunkiem uzyskania zaświadczenia jest uczestnictwo w co najmniej 80% zajęć usługi rozwojowej oraz przystąpienie do procesu walidacji uzyskanych efektów uczenia się.
- Sposobem potwierdzenia obecności na kursie jest lista obecności podpisywana przez każdego uczestnika/czkę kursu.

## Adres

ul. Smocza 20/63  
01-034 Warszawa  
woj. mazowieckie

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

## Kontakt



**Marek Harutyunyan**

**E-mail** [biuro@haryes.com](mailto:biuro@haryes.com)

**Telefon** (+48) 503 738 018