



## ŚWIADOME CIAŁO I JĘZYK RUCHU. Laban Bartenieff Movement System (LBMS). Moduł 1. Szkolenie.

Numer usługi 2026/01/08/134150/3244820

4 674,00 PLN brutto  
3 800,00 PLN netto  
116,85 PLN brutto/h  
95,00 PLN netto/h

EDU-FARM

Magdalena

Szczygieł, Michał

Mazur Spółka jawna

★★★★★ 4,9 / 5

2 462 oceny

📍 Kików

🏠 Usługa szkoleniowa

📄 stacjonarna

🕒 40:00 h

📅 08.06.2026 do 13.06.2026

## Informacje podstawowe

<b>Kategoria</b>	Zdrowie i medycyna / Psychologia i rozwój osobisty
<b>Grupa docelowa usługi</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• terapeuci,</li><li>• arteterapeuci,</li><li>• trenerzy,</li><li>• coachowie,</li><li>• instruktorzy technik ruchu,</li><li>• tańca,</li><li>• psychologowie</li></ul>
<b>Minimalna liczba uczestników</b>	1
<b>Maksymalna liczba uczestników</b>	24
<b>Data zakończenia rekrutacji</b>	07-06-2026
<b>Forma prowadzenia usługi</b>	stacjonarna
<b>Liczba godzin usługi</b>	40
<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

Uczestnik usługi rozwojowej Laban Bartenieff Movement System (LBMS) uczy się technik ucieleśnionego prowadzenia grupy, umiejętności stosowania interwencji ruchowych w połączeniu z tematami psychologicznymi oraz pracy z

narzędziami rozwijania świadomości ruchu. Umiejętności te mogą być wykorzystywane zarówno w pracy własnej oraz we wspieraniu innych w korzystaniu z transformującej siły ruchu. Podczas programu uczymy jak budować doświadczenia i interwencje w oparciu o wiedzę pochodzącą z LBMS.

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

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
<p>Analiza i obserwacja ruchu. Przegląd LBMS: wzorce ruchowe, frazy, tematy w ruchu, rozpoznawanie komponentów ruchu : Body, Effort, Shape and Space (BESS) – Ciało, Jakości ruchu, Kształt i Przestrzeń.</p>	<p>przygotowywanie krótkich sekwencji ruchowych własnych i w małych grupach na wybrane przez nauczyciela tematy prezentowanie ich podczas szkolenia z umiejętnością powiązania celu , intencji ruchu z aspektami znaczeń psychologicznych i życiowych</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>Koncentracja na rozwoju umiejętności identyfikowania wzorców i preferencji ruchowych własnych i innych osób – w tym doskonalenie umiejętności nazywania tego, co widzimy.</p>	<p>przygotowywanie krótkich sekwencji ruchowych własnych i w małych grupach na wybrane przez nauczyciela tematy prezentowanie ich podczas szkolenia z umiejętnością powiązania celu , intencji ruchu z aspektami znaczeń psychologicznych i życiowych</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>Doświadczenie poprzez ruch połączenia ciało-umysł – mając na pierwszym planie świadomość poruszającego się ciała.</p>	<p>przygotowywanie krótkich sekwencji ruchowych własnych i w małych grupach na wybrane przez nauczyciela tematy prezentowanie ich podczas szkolenia z umiejętnością powiązania celu , intencji ruchu z aspektami znaczeń psychologicznych i życiowych</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</p>
<p>Bycie uczestnikiem kreatywnego procesu grupowego w ruchu i spojrzenie na proces zarówno z poziomu osobistego jak i metapoziomu.</p>	<p>przygotowywanie krótkich sekwencji ruchowych własnych i w małych grupach na wybrane przez nauczyciela tematy prezentowanie ich podczas szkolenia z umiejętnością powiązania celu , intencji ruchu z aspektami znaczeń psychologicznych i życiowych</p>	<p>Obserwacja w warunkach symulowanych</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

- Zapoznanie uczestników, integracja, przedstawienie programu, przywitanie w ruchu
- Wprowadzenie do analizy ruchu z poziomu makro
- Rozpoznawanie elementów z całości ruchu, odkrywanie 4 elementów (BESS) poprzez obserwację i opis.
- Wprowadzenie do Bartenieff Fundamentals i Harmonii Przestrzeni. Połączenie przestrzeni wewnętrznej z oddechem i tematem wewnątrz/zewnątrz.
- Poznawanie ciała poprzez strukturę szkieletu.
- Frazy mikro i makro (faza jako część, ale także jako odrębna całość).
- Kinesfera. Przestrzeń: poruszanie się i myślenie w 1D, 2D i 3D.
- poziomy, przestrzeń osobista (Kinesfera) i przestrzeń wspólna (Przestrzeń ogólna).
- Przestrzeń interakcji. Doświadczenie procesu grupowego w ruchu.
- 6 podstawowych ćwiczeń I. Bartenieff (Basic 6) w relacji do procesu zmiany wzorców (re patterning)
- Basic 6 jako diagnoza, interwencja i praktyka
- Jakości ruchu związane z kontrolą, podejmowaniem decyzji, uwagą, intencją.
- Relacja wszystkich aspektów ruchu w odniesieniu do poddania się lub oporu względem nich (Condensing and Indulging Qualities).
- Rozpoznawanie bliskich i dalekich nam jakości ruchowych. Łączenie skojarzeń, obrazów i słów z jakościami ruchu.
- Wzorce w organizacji ciała, tematach, cyklu rozwoju i frazach.
- Łączenie 4 elementów BESS. Podsumowanie.

## Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 18

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>1 z 18</b> Zapoznanie uczestników, integracja, przedstawienie programu, przywitanie w ruchu	Agnieszka Sokołowska	08-06-2026	15:00	16:00	01:00
<b>2 z 18</b> Wprowadzenie do analizy ruchu z poziomu makro	Agnieszka Sokołowska	08-06-2026	16:00	17:00	01:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<p><b>3 z 18</b> Rozpoznawanie elementów z całości ruchu, odkrywanie 4 elementów (BESS) poprzez obserwację i opis.</p>	Agnieszka Sokołowska	09-06-2026	09:00	09:45	00:45
<p><b>4 z 18</b> Wprowadzenie do Bartenieff Fundamentals i Harmonii Przestrzeni. Połączenie przestrzeni wewnętrznej z oddechem i tematem wewnątrz/zewntr z.</p>	Agnieszka Sokołowska	09-06-2026	09:45	10:30	00:45
<p><b>5 z 18</b> Poznawanie ciała poprzez strukturę szkieletu.</p>	Agnieszka Sokołowska	09-06-2026	10:45	13:00	02:15
<p><b>6 z 18</b> Frazy mikro i makro (faza jako część, ale także jako odrębna całość).</p>	Agnieszka Sokołowska	09-06-2026	15:00	18:00	03:00
<p><b>7 z 18</b> Kinesfera. Przestrzeń: poruszanie się i myślenie w 1D, 2D i 3D.</p>	Agnieszka Sokołowska	10-06-2026	09:00	10:30	01:30
<p><b>8 z 18</b> poziomy, przestrzeń osobista (Kinesfera) i przestrzeń wspólna (Przestrzeń ogólna).</p>	Agnieszka Sokołowska	10-06-2026	10:45	13:00	02:15

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>9 z 18</b> Przestrzeń interakcji. Doświadczenie procesu grupowego w ruchu.	Agnieszka Sokołowska	10-06-2026	15:00	18:00	03:00
<b>10 z 18</b> 6 podstawowych ćwiczeń I.Bartenieff (Basic 6) w relacji do procesu zmiany wzorców (repatterning)	Agnieszka Sokołowska	11-06-2026	09:00	10:30	01:30
<b>11 z 18</b> Basic 6 jako diagnoza, interwencja i praktyka	Agnieszka Sokołowska	11-06-2026	10:45	13:00	02:15
<b>12 z 18</b> Praca z narracją i głosem poprzez ruch.	Agnieszka Sokołowska	11-06-2026	15:00	17:00	02:00
<b>13 z 18</b> Relacja Ciała i Przestrzeni – element Kształtu.	Agnieszka Sokołowska	12-06-2026	09:00	10:30	01:30
<b>14 z 18</b> Doświadczenie rozwoju od odczucia ciężaru i przepływu do odnalezienia siebie, połączenia ze światem i interakcji (Modes of Shape Change).	Agnieszka Sokołowska	12-06-2026	10:45	13:00	02:15
<b>15 z 18</b> Postawa ciała, stabilność i mobilność, stałe formy.	Agnieszka Sokołowska	12-06-2026	15:00	17:00	02:00

Przedmiot / temat	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
<b>16 z 18</b> Jakości ruchu związane z kontrolą, podejmowaniem decyzji, uwagą, intencją.	Agnieszka Sokołowska	13-06-2026	09:00	10:00	01:00
<b>17 z 18</b> Relacja wszystkich aspektów ruchu w odniesieniu do poddania się lub oporu względem nich (Condensing and Indulging Qualities).	Agnieszka Sokołowska	13-06-2026	10:00	11:00	01:00
<b>18 z 18</b> Walidacja	-	13-06-2026	11:00	12:00	01:00

## Cennik

### Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	4 674,00 PLN
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	3 800,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	116,85 PLN
Koszt osobogodziny netto	95,00 PLN

## Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



**1 z 1**

### Agnieszka Sokołowska

Wykształcenie:

- Mgr psychologii
- Certyfikowana psychoterapeutka tańcem i ruchem
- Certyfikowana superwizorka terapii tańcem i ruchem
- CMA (certyfikat analizy ruchu uzyskany w Laban International Movement Studies)

-BodyMind Dancing Teacher, program dr Marty Eddy

Obszar specjalizacji:

- Język ruchu w podejściu Laban Bartenieff Movement System
- Terapia tańcem w zakresie prowadzenia szkoleń, terapii i superwizji
- 20 lat doświadczenia zawodowego w prowadzeniu terapii, 15 lat w prowadzeniu szkoleń, warsztatów, treningów oraz superwizji w powyżej opisanym zakresie.

Doświadczenie zawodowe zdobyte nie wcześniej niż 5 lat od 1.12.2024:

- kilkanaście tysięcy przeprowadzonych godzin szkoleniowych, w tym m.in.
- Uczenie Arteterapeutów i nauczycieli szkolnych w różnych programach, studentów w Polskim Instytucie Psychoterapii Tańcem i Ruchem przez ponad 10 lat ,
- prowadzenie 11 edycji treningów Świadomości: ciała, emocji, myśli, relacji /każdy po 75 godzin/,
- prowadzenie 5 edycji rocznego Kursu Świadome ciało, język ruchu /każdy po 160 godzin/

## Informacje dodatkowe

### Informacje o materiałach dla uczestników usługi

- po wybranych zajęciach wysyłane będą teksty Karen Studd, te które uzna za stosowane i pasujące do pytań uczestników
- podczas zajęć nagrywane są frazy ruchowe (nagrywają je uczestnicy, prezentują nauczycielki) i one stanowią materiał do dalszej praktyki

### Warunki uczestnictwa

- Wcześniejsze doświadczenie w szkoleniach z zakresu pracy poprzez ciało /min 16 godzin/, rozmowa kwalifikacyjna

### Informacje dodatkowe

Forma stacjonarna.

Cena nie zawiera kosztu: transportu, wyżywienia, noclegu uczestników. Możliwość wykupienia noclegu oraz wyżywienia w ośrodku.

Podstawa prawna zwolnienia od podatku: „§3 ust 1 pkt 14 rozporządzenia MF w sprawie zwolnień od warunków stosowania tych zwolnień”

**Informacji dotyczące warunków koniecznych do ukończenia szkolenia i uzyskania certyfikatu:**

- będą prowadzone listy obecności,
- frekwencja wymagana do zaliczenia szkolenia: powyżej 80%

Dodatkowo przewidziano 12 godzin konsultacji z trenerem online.

Rozliczeniu podlega 40 godzin szkoleniowych usługi.

Liczba godzin usługi: 40 godzin szkoleniowych.

Liczba godzin walidacji: 2 godziny szkoleniowe.

Godzina szkoleniowa = 45 minut.

<https://agasokolowska.com/>

## Adres

Kików 91a

28-131 Kików

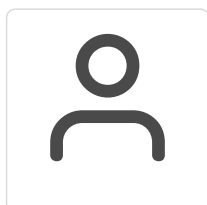
woj. świętokrzyskie

Ośrodek KIKÓW 91A, 28-131 Kików

## Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Wi-fi

## Kontakt



**MAGDALENA SZCZYGIĘŁ**

**E-mail** [bur@edu-farm.pl](mailto:bur@edu-farm.pl)

**Telefon** (+48) 731 999 117