



Kurs psychobodywork - psychosomatyka w praktyce terapeutycznej ciała

Numer usługi 2026/01/20/178944/3271609

2 500,00 PLN brutto

2 500,00 PLN netto

156,25 PLN brutto/h

156,25 PLN netto/h

162,08 PLN cena rynkowa ⓘ

Centrum

Szkoleniowe

Wrocławska

Manufaktura

Świadomości

Agnieszka Sanecka-

Dąbrowska

★★★★★ 4,8 / 5

7 ocen

📍 Wrocław

🏠 Usługa szkoleniowa

📅 stacjonarna

👥 Zajęcia grupowe

🕒 16:00 h

📅 12.12.2026 do 13.12.2026

Informacje podstawowe

Kategoria

Zdrowie i medycyna / Medycyna

Grupa docelowa usługi

- fizjoterapeuta
- masażysta
- terapeuta manualny
- osteopata
- chiropraktyk
- trener personalny
- naturopata
- lekarz
- pielęgniarka
- położna
- ratownik medyczny
- psycholog
- psychoterapeuta
- neurologopeda
- kosmetolog
- logopeda
- terapeuta behawioralny
- nauczyciel / wykładowca
- pedagog
- studenci ww. kierunków

Organizator dopuszcza udział uczestników spoza grupy wymienionej powyżej. Każdy przypadek rozpatrywany będzie indywidualnie a decyzja dotycząca udziału w kursie zależy będzie od decyzji Instruktorów.

Minimalna liczba uczestników

2

Maksymalna liczba uczestników

20

Data zakończenia rekrutacji	04-12-2026
Forma prowadzenia usługi	stacjonarna
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 szkolenia „Psychobodywork. Psychosomatyka w praktyce terapeutycznej ciała” jest przygotowanie uczestnika do obserwacji reakcji ciała, rozpoznawania wzorców napięć oraz doboru podstawowych ćwiczeń somatycznych, technik oddechowych i elementów pracy manualnej z uwzględnieniem indywidualnych potrzeb, zasad bezpieczeństwa i ograniczeń własnych kompetencji.

Efekty uczenia się oraz kryteria weryfikacji ich osiągnięcia i Metody walidacji

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Charakteryzuje podstawowe założenia psychosomatycznego podejścia do pracy z ciałem.	Wyjaśnia pojęcie psychosomatyki w kontekście pracy z ciałem.	Test teoretyczny
	Opisuje zależności między stresem, emocjami, oddechem, ruchem i napięciem w ciele.	Test teoretyczny
	Wymienia podstawowe założenia podejścia Psychobodywork omawiane podczas szkolenia.	Test teoretyczny
Rozróżnia narzędzia i zasady bezpieczeństwa wykorzystywane w somatycznej pracy z ciałem.	Wskazuje zastosowanie obserwacji ruchu, ćwiczeń somatycznych i technik oddechowych.	Test teoretyczny
	Rozróżnia podstawowe zasady świadomego i dostosowanego do potrzeb osoby kontaktu dotykowego.	Test teoretyczny
	Wskazuje sytuacje, w których należy przerwać ćwiczenie lub skierować osobę do odpowiedniego specjalisty.	Test teoretyczny
Obserwuje reakcje ciała i identyfikuje wybrane wzorce napięć oraz ograniczenia ruchowe.	Wskazuje widoczne wzorce napięć lub ograniczenia ruchowe w przedstawionej sytuacji.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Rozróżnia obserwację reakcji ciała od stawiania diagnozy medycznej.	Wywiad ustrukturyzowany

Efekty uczenia się	Kryteria weryfikacji	Metoda walidacji
Dobiera podstawowe ćwiczenia somatyczne i techniki oddechowe do określonej sytuacji praktycznej.	Dobiera ćwiczenie somatyczne lub technikę oddechową do przedstawionego przypadku.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Prezentuje prawidłową kolejność działań w zaplanowanej sekwencji pracy	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Uzasadnia dobór ćwiczeń z uwzględnieniem bezpieczeństwa i możliwości osoby.	Wywiad ustrukturyzowany
	Uwzględnia zgodę, komfort i granice drugiej osoby podczas wykonywania zadania praktycznego.	Obserwacja w warunkach symulowanych
Stosuje zasady odpowiedzialnej i bezpiecznej pracy z ciałem, uwzględniając komfort oraz granice drugiej osoby.	Reaguje adekwatnie na sygnały dyskomfortu i wskazuje moment przerwania ćwiczenia.	Obserwacja w warunkach symulowanych
	Wskazuje sytuacje wykraczające poza zakres własnych kompetencji i uzasadnia potrzebę skierowania do specjalisty.	Wywiad ustrukturyzowany
Ocenia możliwości i ograniczenia wykorzystania poznanych narzędzi we własnej praktyce zawodowej.	Wskazuje obszary własnej praktyki, w których może wykorzystać poznane narzędzia.	Wywiad ustrukturyzowany
	Rozróżnia edukacyjne zastosowanie poznanych technik od diagnozowania i leczenia chorób.	Test teoretyczny

Kwalifikacje i kompetencje

Kompetencje

Usługa prowadzi do nabycia kompetencji.

Warunki uznania kompetencji

Pytanie 1. Czy dokument potwierdzający uzyskanie kompetencji lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem zawierają opis efektów uczenia się?

TAK

Pytanie 2. Czy dokument lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają, że walidacja została przeprowadzona w oparciu o zdefiniowane w efektach uczenia się kryteria ich weryfikacji i zgodnie z zaplanowanymi metodami walidacji?

TAK

Pytanie 3. Czy dokument lub wyrażnie z nim powiązane inne dokumenty związane ze wsparciem potwierdzają zastosowanie rozwiązań zapewniających rozdzielenie procesów kształcenia i szkolenia od walidacji?

TAK

Program

Kurs ma charakter intensywnych zajęć praktycznych, dlatego uczestnik powinien być gotowy do pracy w parach, zarówno jako terapeuta, jak i osoba poddawana technikom. Wymagana jest obecność stacjonarna i czynny udział w zajęciach.

Uczestnik zobowiązany jest przestrzegać zasad bezpieczeństwa, szanować komfort innych osób, stosować się do wskazówek prowadzącego oraz dokonać rejestracji i opłaty zgodnie z warunkami organizatora.

PROGRAM:

Dzień 1

1. Podstawowe pojęcia i wprowadzenie.
2. Analiza psychosomatyczna.
3. Pojęcie samoregulacji.
4. Pojęcie stresu.
5. Pojęcie psychogenności.
6. Ból w ujęciu psychosomatyki.
7. Stres i wypalenie zawodowe w pracy z pacjentem
8. Jak budować cierpliwość w relacji z trudnym pacjentem
9. Skuteczna argumentacja w rozmowie z pacjentem. Dopasowanie stylu komunikacji
10. Pojęcie świadomej pracy z ciałem.
11. Autonomiczny układ nerwowy:
 - budowa
 - podstawy działania
 - pojęcie dysautonomii
12. BHP w pracy z pacjentem psychosomatycznym.
13. Dialog terapeutyczny
14. Typy zawieszonych emocji w ciele:
 - rozpoznanie
 - cechy szczególne
15. Przyczyny zaburzeń psychosomatycznych.
16. Terapia manualna pacjenta psychosomatycznego:
 - elementy terapii
 - cele i wskazania
 - techniki pracy na czaszce
 - nasłuch tkankowy
 - odwijanie powięziowe

Dzień 2

1. Teoria poliwagalna:

- podstawy teorii
- praca na nerwie błędnym

2. Wzorce psycho - emocjonalne i ich wpływ na człowieka.

3. Trening relaksacyjny Jacobsona.

4. Terapia osób z traumą.

5. Oddech jako forma odreagowania:

- techniki oddechu
- praca z oddechem własnym
- praca z oddechem pacjenta

6. Techniki narzędziowe:

- wybrane elementy klawiterapii
- terapia wisceralna, a psychosomatyka
- masaż psychosomatyczny twarzy

7. Techniki relaksacyjne: Zależność CIAŁO - UMYŚŁ - DUSZA

8. Ruch jako forma uwolnienia napięć psychogennych.

9. Proces integracji emocjonalnej.

10. Jak panować nad emocjami w trudnych sytuacjach? Techniki relaksacyjne

11. Zarządzanie czasem i efektywność w pracy z pacjentem. Budowanie pozytywnej relacji z pacjentem

Walidacja:

Walidacja w formie testu odbywa się na zakończenie kursu. Obserwacja w warunkach symulowanych oraz wywiad ustrukturyzowany 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.

Warunki organizacyjne

Szkolenie realizowane jest stacjonarnie w formie zajęć teoretycznych i praktycznych. Uczestnicy wykonują ćwiczenia indywidualne oraz w parach, pod nadzorem osoby prowadzącej. Organizator zapewnia przestrzeń umożliwiającą bezpieczną pracę z ruchem i ciałem oraz materiały szkoleniowe, w tym skrypt zawierający treści teoretyczne i ilustracje. Ćwiczenia praktyczne powinny być dostosowane do możliwości uczestników i prowadzone z poszanowaniem ich granic.

Metody dydaktyczne

- Wykład interaktywny i prezentacja.
- Pokaz instruktorski.
- Ćwiczenia somatyczne i oddechowe.
- Praca w parach i ćwiczenia praktyczne.
- Obserwacja jakości ruchu i reakcji ciała.
- Analiza przypadków i omawianie możliwych sposobów postępowania.
- Informacja zwrotna od osoby prowadzącej.

Harmonogram

Liczba pozycji harmonogramu: 15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
1 z 15 Wprowadzenie do Psychobodywork i psychosomatyki w pracy z ciałem; holistyczne spojrzenie na ból, napięcie i funkcjonowanie człowieka	Zajęcia	AGNIESZKA SANECKA-DĄBROWSKA	12-12-2026	09:00	10:30	01:30
2 z 15 -	Przerwa	-	12-12-2026	10:30	10:45	00:15
3 z 15 Zależności między stresem, emocjami, oddechem, ruchem i napięciem w ciele; podstawy anatomii i neurofizjologii w pracy z ciałem	Zajęcia	AGNIESZKA SANECKA-DĄBROWSKA	12-12-2026	10:45	12:15	01:30
4 z 15 -	Przerwa	-	12-12-2026	12:15	12:45	00:30
5 z 15 Uważna obserwacja ciała, jakości ruchu, wzorców napięć, inicjacji ruchu i ograniczeń; rozwijanie świadomości ciała	Zajęcia	AGNIESZKA SANECKA-DĄBROWSKA	12-12-2026	12:45	14:15	01:30
6 z 15 -	Przerwa	-	12-12-2026	14:15	14:30	00:15

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
7 z 15 Praca z oddechem i ruchem; ćwiczenia somatyczne, uziemienie, grawitacja oraz budowanie bezpiecznego kontaktu z ciałem	Zajęcia	AGNIESZKA SANECKA-DĄBROWSKA	12-12-2026	14:30	17:00	02:30
8 z 15 Regulacja oddechowa i wspieranie autoregulacji; obserwacja reakcji ciała na stres i przeciążenie	Zajęcia	AGNIESZKA SANECKA-DĄBROWSKA	13-12-2026	09:00	10:30	01:30
9 z 15 -	Przerwa	-	13-12-2026	10:30	10:45	00:15
10 z 15 Techniki manualne i mobilizacja tkanek; zasady świadomego, celowego i dostosowanego kontaktu dotykowego	Zajęcia	AGNIESZKA SANECKA-DĄBROWSKA	13-12-2026	10:45	12:15	01:30
11 z 15 -	Przerwa	-	13-12-2026	12:15	12:45	00:30

Przedmiot / temat	Typ aktywności	Prowadzący	Data realizacji zajęć	Godzina rozpoczęcia	Godzina zakończenia	Liczba godzin
12 z 15 Integracja pracy z oddechem, ruchem i tkankami; omówienie elementów technik somatycznych, akupresury/akupunktury, klawiterapii i wybranych technik osteopatycznych	Zajęcia	AGNIESZKA SANECKA-DĄBROWSKA	13-12-2026	12:45	14:15	01:30

13 z 15 -	Przerwa	-	13-12-2026	14:15	14:30	00:15
----------------------	---------	---	------------	-------	-------	-------

14 z 15 Ćwiczenia praktyczne w warunkach symulowanych: obserwacja ciała, dobór ćwiczeń somatycznych i zaplanowanie bezpiecznej sekwencji pracy do przykładowego przypadku	Zajęcia	AGNIESZKA SANECKA-DĄBROWSKA	13-12-2026	14:30	16:30	02:00
--	---------	-----------------------------	------------	-------	-------	-------

15 z 15 -	Walidacja	-	13-12-2026	16:30	17:00	00:30
----------------------	-----------	---	------------	-------	-------	-------

Podsumowanie

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin zegarowych usługi	16:00
w tym suma godzin zajęć	13:30
w tym suma godzin walidacji	00:30
w tym suma przerw	02:00

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Suma godzin dydaktycznych bez przerw	18:30

Cennik

Cennik

Rodzaj ceny	Cena
Koszt przypadający na 1 uczestnika brutto	2 500,00 PLN
Podmiot uprawniony do zwolnienia z VAT na podstawie art. 43 ust. 1 ustawy o VAT	
Koszt przypadający na 1 uczestnika netto	2 500,00 PLN
Koszt osobogodziny brutto	156,25 PLN
Koszt osobogodziny netto	156,25 PLN

Liczba godzin usługi

Rodzaj godzin	Liczba godzin
Liczba godzin zegarowych usługi	16:00

Prowadzący

Liczba prowadzących: 1



1 z 1

AGNIESZKA SANECKA-DĄBROWSKA

- mgr fizjoterapii
- mistrz naturopatii

- Zawodowo i pasji od wielu lat zajmuje się wsparciem zdrowia jako założycielka Wrocławskiej Manufaktury Zdrowia
- Równolegle z działalnością gabinetową prowadzi placówkę oświatową, w której kształci fizjoterapeutów oraz naturopatów
- W pracy z ciałem poza metodami konwencjonalnymi wykorzystuje wiedzę i umiejętności z zakresu szeroko pojętej naturopatii, osteopatii, psychosomatyki i medycyny energetycznej.
- Wykładowca akademicki na uczelni we Wrocławiu i Krakowie
- Osobiście szkoli kursantów z zakresu psychosomatyki, bioenergoterapii i terapii manualnych.
- Członek komisji egzaminacyjnej przy Izbie Rzemieślniczej w Katowicach w zawodzie Naturopata.

- Członek Zarządu Polskiej Izby Gospodarczej Naturopatów
- Prywatnie matka czwórki dzieciaków, żona i kobieta pracująca

Trochę o sobie:

Mogę śmiało powiedzieć, że doświadczenie zebrane w pracy zarówno gabinetowej i tej szkoleniowej dało mi dość szerokie spojrzenie na zawód terapeuty. Poznałem jego cienie i blaski od strony gabinetowej i z punktu widzenia pacjenta, równocześnie jestem odpowiedzialna za to, jakie wartości przekazuje przyszłym specjalistom. Doświadczylam poczucia odpowiedzialności za to, jak pracuję i jaką etykę reprezentują moi kursanci i studenci.

Dla mnie najważniejszy jest człowiek i jego problemy, gdzie wartością nadrzędną jest wsparcie i bliskość z drugą istotą. Nie daję zgody na "bylejakość" w naszym zawodzie i naginanie zaufania w imię własnej korzyści.

Informacje dodatkowe

Informacje o materiałach dla uczestników usługi

Uczestnicy szkolenia otrzymują komplet materiałów wspierających naukę. Obejmuje on opracowania teoretyczne, opisy technik oraz materiały ułatwiające powtarzanie treści po zajęciach. Każdy moduł zawiera zestaw treści dostosowanych do omawianego zakresu, tak aby uczestnik mógł utrwalić wiedzę i przygotować się do kolejnych etapów kursu.

Dodatkowo uczestnicy mają dostęp do grupy wsparcia (np. WhatsApp), w której mogą zadawać pytania, konsultować doświadczenia z praktyki oraz wymieniać się obserwacjami z innymi osobami szkolącymi się. Zapewnia to ciągłość nauki również między zjazdami.

Materiały są przygotowywane w sposób przejrzysty i praktyczny, tak aby ułatwić wykorzystanie zdobytej wiedzy w pracy zawodowej.

W cenie kursu każdy uczestnik otrzymuje:

- Obszerny skrypt z materiałami dydaktycznymi
- Narzędzia do pracy podczas kursu
- Certyfikat ukończenia kursu w języku polskim
- Zaświadczenie MEN-III/1

Warunki uczestnictwa

Kurs ma charakter intensywnych zajęć praktycznych, dlatego uczestnik powinien być gotowy do pracy w parach, zarówno jako terapeuta, jak i osoba poddawana technikom. Wymagana jest obecność stacjonarna i czynny udział w zajęciach.

Uczestnik zobowiązany jest przestrzegać zasad bezpieczeństwa, szanować komfort innych osób, stosować się do wskazówek prowadzącego oraz dokonać rejestracji i opłaty zgodnie z warunkami organizatora.

Adres

ul. Boczna 12/50-502

53-238 Wrocław

woj. dolnośląskie

Siedziba firmy Centrum Szkoleniowe Wrocławska Manufaktura Świadomości. Zajęcia odbywają się w komfortowej sali dostosowanej do pracy praktycznej. Pomieszczenie jest wyposażone w stoły terapeutyczne, odpowiednie oświetlenie oraz przestrzeń umożliwiającą swobodne wykonywanie technik manualnych. Temperatura i warunki akustyczne zapewniają wygodę i sprzyjają koncentracji.

Liczba uczestników jest ograniczona, aby każdy mógł pracować w komfortowych warunkach i otrzymać indywidualne wskazówki instruktora. Organizator zapewnia dostęp do zaplecza sanitarnego oraz przerw kawowych. Uczestnicy proszeni są o zabranie wygodnego stroju umożliwiającego pracę manualną.

Udogodnienia w miejscu realizacji usługi

- Klimatyzacja
- Wi-fi
- Parking przed budynkiem- płatny Dostępność dla osób z niepełnosprawnością

Kontakt



AGNIESZKA SANECKA-DĄBROWSKA

E-mail sanecka.atn@gmail.com

Telefon (+48) 537 469 696